

KUMPULAN 50 TANYA JAWAB (5)
Di Website Buddhis ‘Samaggi Phala’
Oleh Bhikkhu Uttamo

Online sejak tanggal 23 Maret 2004 s.d. 10 Mei 2004

01. Dari: **Sunaryo**, Jakarta

Bhante Uttamo yang terhormat,

Bhante, didalam meditasi kita mengenal adanya lima rintangan batin yang harus dieliminir dan dilenyapkan. Sebagian teori mengatakan bahwa untuk menghilangkan sesuatu tanpa menimbulkan sebab baru adalah dengan melihat apa adanya tanpa reaksi sehingga lama kelamaan lima rintangan batin akan melemah dan akhirnya lenyap.

Sebagian teori lagi berkata bahwa lima rintangan batin harus ditekan dan setiap rintangan batin mempunyai lawannya sehingga lawan dari lima rintangan batinlah yang harus dikembangkan. Contohnya pada saat keinginan jahat atau kebencian muncul maka metta bhavanalah yang harus dikembangkan.

Bagaimana pendapat Bhante atas hal tersebut diatas.

Terima kasih atas bantuannya

Jawaban:

Dalam Anguttara Nikaya III, 63 disebutkan adanya lima rintangan batin yang harus diatasi oleh seorang yang melaksanakan meditasi yaitu:

1. Nafsu keinginan akan obyek indriya yang menyenangkan seperti bentuk yang dapat dilihat dslb.
2. Keinginan untuk menyakiti orang atau makhluk lain.
3. Kelambanan dan kemalasan batin.
4. Kekacauan serta kekuatiran.
5. Keraguan dan ketidakpastian.

Metoda mengatasi kelima rintangan batin ini memang dapat dilakukan secara bertahap.

Tahap pertama, pelaku meditasi hendaknya berlatih dengan sungguh-sungguh untuk memusatkan perhatian pada obyek meditasi yang telah dipilihnya. Apabila ia memilih mengamati proses pernafasan sebagai obyek konsentrasi, maka pikiran hendaknya diusahakan menjadi tunggal yaitu hanya memperhatikan proses pernafasan yang berjalan normal dan alamiah. Segala pikiran yang bukan pada pernafasan tersebut hendaknya segera dikendalikan sehingga pikiran akan tetap terpusat pada obyek. Kemampuan ini hendaknya terus dilatih dengan tekun sehingga pelaku meditasi mendapatkan ketrampilan untuk berkonsentrasi dalam waktu yang cukup singkat setiap kali bermeditasi.

Tahap kedua dapat dilakukan setelah ketrampilan berkonsentrasi itu tercapai. Pelaku meditasi dengan kesadaran penuh kemudian membiarkan serta mengamati bentuk-bentuk pikiran yang muncul. Berbagai bentuk pikiran yang timbul sebenarnya adalah

merupakan perwujudan kelima rintangan batin tersebut. Pengamatan dan kesadaran akan timbulnya bentuk-bentuk pikiran ini akan dapat melenyapkan secara bersamaan berbagai obyek batin yang telah muncul. Artinya ketika obyek batin itu muncul, diamati dan disadari tanpa reaksi maupun kemelekatan maka obyek batin itu akan segera lenyap kembali. Namun, apabila pelaku meditasi mengalami kesulitan menjaga kesadarannya sehingga pikirannya tenggelam pada bentuk pikiran yang telah muncul itu, ia hendaknya segera mengkonsentrasikan kembali pikirannya pada obyek meditasi yang telah trampil dilatihnya pada tahap pertama. Setelah batin menjadi tenang kembali, ia dapat membiarkan lagi munculnya bentuk-bentuk pikiran. Ia menyadari timbul dan lenyapnya obyek batin itu. Demikian seterusnya yang ia lakukan setiap saat. Apabila ia tekun dalam mengembangkan kesadaran ini, maka lama kelamaan kelima rintangan batin tersebut dapat diatasi dan dimusnahkan sehingga orang itu mencapai kesucian.

Semoga keterangan ini dapat memberikan manfaat dan meningkatkan semangat melatih meditasi.

Semoga bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

02. Dari: **Herdi Rusli**, Jakarta

Salam dalam Dhamma,

Saya ingin bertanya kepada Yang Mulia Bhante Uttamo tentang Visudhi Upasaka di dalam agama Buddha. Saya pernah mengikuti Visudhi Upasaka tersebut di Vihara Jakarta Dhammacakka jaya tahun 1997 lalu, kemudian saya mendapat kartu Visudhi tersebut lengkap beserta nama Pandita dan Bhikkhu yang mevisudhi saya, namun tak lama Sang Bhikkhu tersebut lepas jubah.

Apakah status Upasaka saya masih sah ? Soalnya saya pernah mendengar dari teman² jikalau bhikkhunya telah lepas jubah maka kita harus mencari bhikkhu baru yang masih aktif untuk kemudian mevisudhi ulang lagi karena dianggap tidak sah sebab bhikkhu tersebut yang kita anggap sebagai guru/pembimbing pada saat itu telah lepas jubah, apakah benar demikian adanya ? Haruskah saya Visudhi Upasaka untuk yang kedua kalinya?

Jawaban:

Tradisi mengadakan upacara visudhi atau penabhisan upasaka-upasika di berbagai vihara di Indonesia adalah merupakan ritual keagamaan yang sangat baik. Seseorang setelah mendapatkan visudhi upasaka-upasika akan terdorong secara moral untuk lebih banyak mempelajari dan melaksanakan Buddha Dhamma. Visudhi upasaka-upasika itu dilakukan oleh seorang bhikkhu. Namun, apabila setelah upacara penabhisan upasaka-upasika bhikkhu tersebut lepas jubah, visudhi upasaka-upasika yang telah diberikannya adalah TETAP SAH. Tidak berkurang sedikitpun nilai ritualnya dan tidak perlu diulang kembali. Hal ini karena pada waktu memberikan visudhi, ia adalah seorang bhikkhu. Hal ini sama dengan produk hukum yang disahkan oleh seorang pejabat akan tetap berlaku walaupun pejabat tersebut telah mundur dari jabatannya atau bahkan meninggal dunia.

Oleh karena itu, Anda tidak perlu ragu untuk tetap melaksanakan latihan kemoralan sebagai seorang upasaka maupun upasika. Anda juga tidak perlu malu maupun kuatir untuk mempergunakan nama Buddhis yang telah diberikan oleh bhikkhu tersebut sewaktu menabhiskan Anda menjadi upasaka atau upasika walaupun saat ini mungkin Anda telah menjadi teman baik 'mantan' bhikkhu tersebut di vihara tertentu.

Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat.

Salam metta,

B. Uttamo

03. Dari: **Lena H.**, Serpong, Tangerang

Namo Buddhaya,

Bhante, terima kasih atas jawaban atas pertanyaan saya sebelumnya.

Saya hendak bertanya apa artinya: seseorang mencapai tingkat kesucian, hanya dengan mendengar Dhamma - seperti yang saya baca di website ini (cerita-cerita Buddhis).

Apakah tingkat kesucian itu bisa juga dicapai oleh seseorang pada jaman sekarang? Mohon penjelasan dari Bhante dan terima kasih atas waktunya.

Jawaban:

Seseorang dikatakan telah mencapai kesucian apabila kondisi batinnya telah terbebas dari ketamakan, kebencian dan kegelapan batin. Semakin banyak belunggu batin yang telah dihancurkannya, semakin tinggi pula tingkat kesucian yang dicapainya.

Berbagai jenis belunggu batin yang harus dipatahkan ini dapat dibaca pada INTISARI AGAMA BUDDHA yang terdapat dalam Samaggi Phala, Naskah Dhamma.

Pencapaian kesucian seseorang dapat terjadi pada setiap saat. Ia dapat mencapai kesucian ketika ia sedang melaksanakan meditasi, mengerjakan sesuatu pekerjaan harian, mengamati sesuatu benda atau kegiatan, sedang mendengarkan uraian Dhamma maupun sedang melakukan berbagai aktifitas lainnya. Adanya perbedaan saat seseorang mencapai kesucian ini karena adanya perbedaan dukungan usaha pada karma lampaunya.

Seseorang yang kurang memiliki dukungan usaha pada kehidupan lampaunya, maka setelah ia mengenal ataupun mendengarkan Dhamma, ia akan merasakan bahagia. Ia belum dapat mencapai kesucian pada saat itu. Namun, apabila setelah ia merasakan bahagia dalam Dhamma, ia kemudian juga mengembangkan kerelaan, kemoralan serta konsentrasi, maka ia pun memiliki potensi untuk mencapai kesucian dalam kehidupan ini maupun pada kehidupan yang selanjutnya.

Sesungguhnya seperti yang telah disampaikan dalam Dhamma bahwa selama di dunia ini masih ada orang yang melaksanakan Jalan Mulia Berunsur Delapan, maka tentu masih ada orang yang dapat mencapai kesucian. Jadi, pencapaian kesucian bukanlah dibatasi oleh dimensi waktu dan ruang, melainkan ditentukan oleh tekunnya seseorang dalam melaksanakan Jalan Mulia Berunsur Delapan.

Semoga keterangan ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

04. Dari: **I Hilman**, Australia

Namo Buddhaya,

Bhante, mohon petunjuk cara untuk mengatasi seseorang yang selalu berusaha untuk mencemarkan nama baik saya. Walaupun sudah berusaha dengan bermacam-macam cara. Mulai dari mengurangi komunikasinya sampai dengan berusaha selalu berfikir dan bersikap positif terhadapnya. Namun, serangan terus menerus darinya terkadang membuat saya marah dan frustrasi.

Mohon bimbingan Bhante agar situasi ini tidak bertambah buruk bagi saya maupun orang tersebut.

Terima kasih.

Jawaban:

Disebutkan dalam Dhamma bahwa ada delapan hal yang selalu dialami oleh setiap orang. Kedelapan hal itu adalah suka-duka, untung-rugi, dipuji-dicela, memperoleh pangkat dan dipecat. Kedelapan hal ini akan selalu muncul karena adanya perubahan waktu. Oleh karena itu adalah wajar apabila pada suatu saat seseorang mendapat pujian, namun di saat yang berbeda ia mendapat kritikan.

Orang yang dapat mengetahui dan mengikuti proses perubahan ini dari waktu ke waktu akan tenang batinnya. Batinnya akan selalu seimbang menghadapi kedelapan hal keduniawian ini. Sikap yang disampaikan dalam pertanyaan untuk selalu berpikiran positif dan juga berusaha menghindari komunikasi dengan orang yang tidak disukai adalah hal yang cukup baik. Sikap ini memang akan menghindarkan kedua belah pihak melakukan karma buruk melalui ucapan, perbuatan maupun pikiran. Namun, selain melakukan usaha itu sebaiknya juga mengembangkan pikiran penuh cinta kasih kepada orang yang tidak disukai tersebut. Sikap batin ini didasari pada kemungkinan bahwa orang yang menjadi musuh dalam kehidupan ini adalah orang yang telah menjadi musuh sejak beberapa kehidupan yang lampau. Padahal, kebencian tidak akan berakhir dengan kebencian melainkan dengan cinta kasih.

Oleh karena itu, mulailah untuk selalu memancarkan pikiran cinta kasih kepada orang itu. Ucapkanlah dalam batin sesering mungkin kalimat: "Semoga DIA bahagia. Semoga semua makhluk berbahagia." Dengan sering mengucapkan kalimat cinta kasih ini, batin akan menjadi lebih tenang. Apabila gelombang pikiran cinta kasih ini dapat diterima dan dapat mempengaruhi orang itu, maka dia pun lama kelamaan akan mengurangi frekuensi perilaku buruknya. Dengan demikian, usaha kebajikan untuk mengalahkan kebencian dengan cinta kasih ini telah maju se langkah. Semakin banyak pikiran penuh cinta kasih yang dipancarkan dan diterima orang itu, semakin besar pula kemungkinan orang itu akan menghentikan perilaku buruknya. Pancaran cinta kasih ini pula yang mungkin akan menghentikan keduanya bertemu kembali dalam kehidupan yang akan datang.

Semoga keterangan ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

05. Dari: **Yamin**, Surabaya

Namo Buddhaya, Bhante

Saya ingin minta petunjuk dari Bhante, bagaimana cara untuk menjelaskan kepada teman saya agar dia tidak berpindah agama dan tetap pada keyakinan Buddha Dhamma.

Anumodana atas jawaban Bhante.

Jawaban:

Seseorang memilih suatu agama tertentu adalah berdasarkan kecocokan. Seseorang apabila telah memilih agama Buddha, maka hendaknya ia juga melaksanakan Ajaran Sang Buddha. Buddha Dhamma bukan hanya sekedar dipercayai dan diisi dengan melakukan ritual keagamaan belaka. Buddha Dhamma harus dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari. Pelaksanaan Dhamma dilakukan dengan mengembangkan kerelaan, kemoralan serta konsentrasi. Apabila orang dengan tekun dan bersemangat melaksanakan Buddha Dhamma, maka batinnya akan menjadi tenang dan bahagia. Ia akan selalu bersemangat dalam menjalani kehidupannya.

Apabila ada seorang umat Buddha yang ingin pindah agama, maka pada umumnya hal ini disebabkan karena orang tersebut masih belum merasakan MANFAAT pelaksanaan Buddha Dhamma. Ia masih sebagai umat yang terikat dengan ritual keagamaan belaka. Oleh karena itu, berikanlah kepadanya kesempatan untuk melaksanakan Buddha Dhamma dengan sungguh-sungguh selama beberapa waktu. Ajak pula ia sering berkonsultasi dengan orang yang dianggap mengerti serta melaksanakan Buddha Dhamma. Dengan banyaknya komunikasi tersebut diharapkan ia akan lebih memahami dan lebih bersemangat untuk mencoba melaksanakan Buddha Dhamma dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, ada baiknya ia ditanya tentang kelemahan Agama Buddha yang diketemukannya sehingga ia ingin meninggalkan Agama Buddha. Apabila ia telah menyebutkan kelemahan Agama Buddha tersebut, maka terangkanlah kepadanya tentang hal yang dianggap kelemahan itu. Pada umumnya, hal yang dianggap kelemahan Agama Buddha adalah karena ia kurang mengerti dengan jelas tentang Agama Buddha.

Bahkan banyak kasus yang disebut sebagai kelemahan Agama Buddha ternyata adalah tradisi Buddhis yang timbul pada suatu masyarakat tertentu. Tradisi Buddhis ini dapat ditinggalkan ataupun tidak dilakukan oleh seorang umat Buddha. Sejauh ini, belum pernah ada orang yang melihat adanya kekurangan pada AJARAN Sang Buddha atau Buddha Dhamma yang dapat menuntun orang untuk mengurangi ketamakan, kebencian serta kegelapan batin.

Semoga jawaban ini dapat bermanfaat untuk memberikan penjelasan kepada teman yang akan pindah agama tersebut.

Semoga bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

06. Dari: **Putra Kemang**, Bogor

Namo Buddhaya,

Saya adalah salah satu orang yang suka memberi nilai kepada salah satu organisasi besar di Indonesia baik itu bersifat sosial ataupun keagamaan.

Saya sering berkunjung ke berbagai vihara di Indonesia. Saya sangat kagum kepada STI karena STI memiliki misi dan visi yang sangat luhur dan mulia yaitu ingin melestarikan kembali ajaran Sang Buddha. Tetapi sangat sangat disayangkan di dalam anggota Sanghanya terdapat seorang bhikkhu yang telah terkenal tetapi ia sangat sombong sekali!

Bhante, apakah Sangha tidak pernah memantau kegiatan para bhikkhu di STI.

Mengapa saya sampai berani menulis dan mengirim berita ini?

Hal ini karena saya sangat peduli terhadap Buddha Dhamma lebih khususnya kepada STI.

Pertanyaan saya:

1. Apakah tugas seorang bhikkhu hanya pergi-pergian terus, kayak orang sok sibuk saja!

2. Kapan bhikkhu tersebut melatih meditasinya?

Itu saja Bhante, kritik dan saran saya semoga hal ini bisa membangun kualitas dan nama harum STI.

Sabbe satta bhavantu sukhitata.

Jawaban:

Anumodana atas penilaian dan saran simpatik Anda pada STI.

Penilaian seseorang tentang perilaku bhikkhu sesungguhnya bersifat sangat relatif. Artinya, setiap orang dapat mempunyai pandangan berbeda pada masalah yang sama. Apalagi bila hal ini dikaitkan dengan ikatan karma lalu. Dalam pengertian karma, seseorang dapat timbul rasa simpati maupun antipati pada seseorang karena akibat pengalaman karma lalu.

Meskipun demikian, tentu saja pandangan dan penilaian ini akan menjadi masukan yang baik untuk STI melakukan koreksi diri.

Mengamati tugas yang harus dikerjakan oleh para bhikkhu sebenarnya dapat dikatakan jauh lebih banyak daripada tugas yang harus dikerjakan oleh perumah tangga. Apabila perumah tangga bekerja dengan jam kerja tertentu dan mengurus keluarga atau sanak keluarganya sendiri, maka kerja para bhikkhu dapat melewati batas waktu dan tempat.

Bhikkhu dalam masyarakat Indonesia mempunyai fungsi sebagai guru, panutan, tempat bertanya, penasehat, teman sharing, serta masih banyak lagi pengabdian sosial lainnya yang tidak dapat disebutkan satu persatu di sini. Tentu saja, masih ada tugas rutin para bhikkhu yaitu membina umat serta diri sendiri dengan melaksanakan meditasi. Jadi, pada umumnya para bhikkhu melatih meditasi setiap pagi dan sore serta dalam kesibukan sehari-hari dengan selalu menyadari segala yang dilakukan, diucapkan dan juga di pikirkan. Dengan demikian, meditasi bukan hanya dilakukan sambil duduk diam saja, melainkan juga sambil berkarya.

Karena sedemikian banyak kegiatan yang harus dilakukan para bhikkhu dengan jumlah waktu yang sama yang dimiliki oleh perumah tangga yaitu 24 jam, maka hal ini menyebabkan para bhikkhu kadang tidak berada di tempat pengabdian untuk

waktu yang cukup lama. Hal ini bukan karena mereka 'sok sibuk' namun mereka memang sibuk betulan.

Oleh karena itu, apabila umat kadang kurang mendapatkan perhatian dari para bhikkhu, maka hendaknya hal ini dapat dimaklumi. Mungkin, apabila jumlah bhikkhu di Indonesia sudah cukup banyak, masalah bhikkhu yang jarang berada di tempat ini akan dapat diatasi. Saat ini, jumlah bhikkhu STI hanya sekitar 45 orang untuk melayani sedemikian banyak umat Buddha di seluruh Indonesia. Lalu, adakah solusi tepat yang dapat ditawarkan untuk mengatasi masalah ini?

Mungkin, agar para umat dapat lebih mengerti tentang kehidupan dan kesibukan para bhikkhu, ada baiknya umat mencoba berlatih menjadi samanera sementara untuk waktu dua minggu sampai tiga bulan. Dengan demikian, umat akan lebih memahami keperluan para bhikkhu untuk terus berkelana dari satu tempat ke tempat yang lain di seluruh Indonesia bahkan sampai ke luar negeri. Apabila hal ini telah dapat dimengerti, semoga anggapan adanya bhikkhu yang sombong atau sok sibuk itu dapat berkurang. Semua permasalahan ini timbul karena adanya keterbatasan waktu dan tenaga yang dimiliki oleh seorang bhikkhu dalam mengabdikan pada masyarakat luas.

Semoga tanggapan ini dapat memberikan manfaat untuk semua fihak yang berkepentingan.

Semoga bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

07. Dari: **Melia**, Jakarta

Namo Buddhaya,

Bhante, saya mohon petunjuk dari Bhante paritta apa yang harus kita bacakan untuk orang sakit dan kapan waktu yang terbaik untuk membacakan paritta tersebut.

Saya mendengar katanya waktu yang paling baik untuk kita membacakan paritta dan meditasi adalah pagi hari sekitar jam 4-5 pagi.

Apakah hal ini benar Bhante?

Terima kasih banyak atas penjelasan Bhante.

Jawaban:

Orang yang sedang menderita sakit memang akan senang hatinya apabila ada rekan atau kerabatnya yang memperhatikannya. Perhatian ini dapat berupa kunjungan ataupun membacakan paritta untuknya. Rasa senang karena dikunjungi dan dibacakan paritta ini akan dapat mempercepat proses kesembuhannya. Tentu saja proses kesembuhan ini sangat tergantung pada bekal karma baik si sakit. Kalau karma baiknya mencukupi, maka ia tentu akan segera sembuh kembali. Namun, apabila karma baiknya masih belum mencukupi, paling tidak ia akan merasakan bahagia. Adapun susunan paritta yang biasa dibacakan pada saat mengunjungi orang sakit dapat dilihat pada buku 'Paritta Suci' halaman 6. Buku paritta ini menjadi buku pedoman kebaktian para umat Buddha yang dibina oleh Sangha Theravada Indonesia. Sedangkan untuk dapat mengetahui sebagian besar irama membaca paritta yang dibaca, dapat dilihat pada Samaggi Phala, Multimedia, Irama Paritta.

Susunan paritta tersebut adalah:

1. Vandana
2. Tisarana
3. Buddhanussati
4. Dhammanussati
5. Sanghanussati
6. Saccakiriyagatha
7. Ratanasutta (bait ke 4, 5, 6, 7 dan 14)
8. Bojjhanga Paritta
9. Sakkatva Tiratanang
10. Sumangala Gatha II

Dalam melaksanakan meditasi maupun membaca paritta, ada beberapa vihara yang mempunyai kebiasaan melakukannya sejak pukul 03.00 dini hari. Hal ini baik untuk dapat dilaksanakan. Namun, sebenarnya hal yang paling penting dalam bermeditasi maupun membaca paritta adalah konsentrasi pikiran yang diarahkan untuk selalu sadar pada segala sesuatu yang SEDANG dikerjakan. Apabila orang dapat selalu mengembangkan kesadaran setiap saat, maka meditasi maupun membaca paritta tidak lagi berhubungan dengan waktu. Orang dapat melakukannya SETIAP SAAT.

Semoga penjelasan ini dapat bermanfaat.

Salam metta,

B. Uttamo

08. Dari: **Franky W**, Jakarta

Namo Buddhaya Bhante,

Ada beberapa hal yang ingin saya tanyakan kepada Bhante, mohon penjelasannya:

1. Dalam bermeditasi atau dalam keadaan biasa, mengapa orang sering terseret dan terpancing memikirkan "buah pikir" yang kadang tidak ada manfaatnya (dan juga kadang tidak jelas artinya) daripada sekedar menyadarinya ?
2. Kalau segala sesuatu di luar pikiran kita sendiri adalah netral sifatnya, bagaimana pendapat Bhante mengenai 2 benda ekstrim ini yaitu Relik Sang Buddha dan pistol untuk berburu?

Jawaban:

1. Sebenarnya, pikiran yang belum terlatih dengan konsentrasi sistematis seperti yang telah diajarkan oleh Sang Buddha memang akan sering terpancing untuk mengikuti berbagai bentuk pikiran yang muncul. Karena mengikuti timbulnya berbagai bentuk pikiran inilah membuat orang tidak lagi hidup pada SAAT INI. Ketika batin terbawa ke masa depan ataupun ke masa lampau, maka kondisi batinnya akan tidak seimbang. Batinnya akan mudah terseret oleh perasaan suka dan duka. Padahal, semua perasaan itu timbul dari keinginannya sendiri. Keinginan yang tercapai akan membuahkan kebahagiaan. Keinginan yang tidak tercapai akan membuahkan penderitaan. Buddha Dhamma justru mengarahkan orang untuk selalu melatih menyadari segala gerak gerik pikirannya. Dengan demikian, ia akan melihat dengan jelas segala bentuk pikiran yang berpotensi menimbulkan suka dan duka itu. Dengan menyadari

sepenuhnya segala bentuk pikiran itu akan membuat batinnya seimbang. Batinnya menjadi tenang. Dalam latihan mental yang lebih tinggi lagi akan membuat batinnya terbebas dari ketamakan, kebencian dan kegelapan batin yaitu ketika orang tersebut mencapai kesucian.

2. Segala sesuatu di luar diri kita memang netral sifatnya. Relik Sang Buddha maupun pistol adalah 'sekedar' benda. Semuanya netral. Ketika seseorang berpikir untuk mempergunakannya, maka pikiran yang berisikan ketamakan, kebencian dan kegelapan batin itulah yang membuat sikap dirinya terhadap benda itu tidak netral lagi. Ketidaknetralan itu tampak dari istilah 'pistol untuk berburu'. Pistolnya adalah netral, sedangkan niat untuk menjadikannya sebagai alat berburu ataupun sekedar dijadikan hiasan dalam rumah adalah sangat tergantung pada pikiran orang itu sendiri. Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

09. Dari: **Suryo Hariono**, Surabaya

1. Menyoal tentang konsep Ketuhanan YME dalam Agama Buddha (Nibbana). Ada beberapa hal yang ditanyakan :

A. Bagaimana cara menjelaskan secara tepat kepada anak-anak ? Di sekolah minggu misalnya. (yang mudah dipahami tentunya).

B. Nibbana sebagai tujuan tertinggi dalam Buddha Dhamma, lalu tentunya sebagai tujuan pasti ada asalnya. Mohon penjelasannya.

C. Saya pribadi berpendapat penggunaan sebutan 'Ketuhanan Yang Maha Esa' adalah kurang tepat, karena frasa 'Yang Maha Esa' mempunyai oposisi atas frasa 'Yang Hina Esa'. Jadi sebaiknya apakah tidak digunakan saja istilah 'Nibbana Yang Esa' atau 'Ketuhanan Yang Esa'. Mohon tanggapannya.

2. Berkenaan dengan Syair 8 (delapan) kemenangan Sempurna Sang Buddha Gotama (Jaya Manggala Gatha):

A. Tentang Mara yang berhasil dikalahkan oleh Sugata, siapakah dia sesungguhnya? Makhluk ataukah sifat laten negatif Makhluk? Apakah setiap Bodhisatta harus menghadapinya terlebih dahulu untuk meraih keBuddhaan?

B. Pelajaran apa yang dapat dipetik dari syair tersebut? Dan apa manfaatnya dalam kehidupan sehari-hari.

C. Kenapa Cinca memfitnah Sang Bhagava dengan berkata bahwa dia hamil karena perbuatan petapa Gotama?

D. Di bagian Sutta Pitaka manakah saya dapat menemukan syair Jaya Manggala Gatha?

3. Terakhir, mengenai kalimat yang tepat dalam kata pengantar penulisan karya ilmiah (skripsi, thesis, disertasi) yang khas Buddhis, misalnya :

A. Paragraf pembuka

" Dengan keyakinan kepada Sang Tiratana, maka penulis berhasil....."

B. Paragraf penutup

" Semoga Sang Tiratana senantiasa melindungi dan membimbing kita semua hingga tercapainya Nibbana Yang Esa".

Jawaban:

I.

A. Membahas konsep Ketuhanan dalam Agama Buddha memang tidak mudah apalagi kepada siswa Sekolah Minggu. Pengertian ketuhanan dalam Agama Buddha cenderung dibahas ketika umat Buddha sudah memahami sungguh-sungguh tentang Buddha Dhamma. Oleh karena itu, mengajarkan kepada murid Sekolah Minggu tentang hal ini dibutuhkan beberapa alat bantu.

Seperti yang telah diketahui bersama bahwa Tuhan dalam Agama Buddha adalah Nibbana atau Nirwana yang TIDAK BERSYARAT, tidak terlahirkan, tidak tercipta dan tidak menjelma. Untuk mengajarkan kepada anak-anak, kualitas 'tidak bersyarat' yang sesungguhnya bermakna tidak dapat diceritakan, tidak dapat digambarkan, tidak dapat disebutkan maupun tidak berkondisi ini dapat dipergunakan salah satu unsur pokoknya yaitu TIDAK TERCERITAKAN.

Untuk menekankan salah satu kualitas 'tidak terceritakan' kepada siswa dapat ditunjukkan perbedaan warna merah dupa dan lilin maupun baju. Mintalah kepada anak itu untuk menceritakan perbedaan warna merah pada ketiga benda itu. Arahkan mereka pada pengertian bahwa orang tidak akan dapat menceritakan perbedaan warna merah dari ketiga benda itu tanpa melihatnya sendiri. Jadi, walaupun perbedaan warna merah itu ada dan dapat dilihat dengan jelas dengan mata, namun perbedaan itu tidak dapat diuraikan dengan kata-kata. Demikian pula dengan Nibbana sebagai ketuhanan dalam Agama Buddha, walaupun ada namun tidak dapat diuraikan dengan kata-kata apapun juga. Nibbana hanya dapat dialami dan dicapai dengan Jalan Mulia Berunsur Delapan.

B. Pernyataan bahwa 'tujuan pasti ada asalnya' ini apabila dihubungkan dengan Nibbana, maka Nibbana sebagai tujuan HANYA dapat diperoleh dengan pelaksanaan Jalan Mulia Berunsur Delapan. Dengan demikian, "Nibbana BERASAL dari pelaksanaan Jalan Mulia Berunsur Delapan". Dalam Agama Buddha berlaku Hukum Sebab dan Akibat yaitu : 'adanya INI akan muncul ITU, hilangnya INI akan hilang pula ITU'. Jadi, adanya pelaksanaan Jalan Mulia Berunsur Delapan, muncullah Nibbana; tidak melaksanakan Jalan Mulia Berunsur Delapan, Nibbana tidak akan muncul pula.

C. Dualisme dalam dunia ini adalah hal yang biasa. Dualisme ini baru akan berakhir ketika seseorang telah mencapai kesucian. Selama orang masih terpengaruh dengan ketakutan, kebencian dan kegelapan batin maka pikirannya akan selalu mempertentangkan segala kondisi di dunia ini. Dengan demikian, memang mungkin saja timbul perbandingan antara 'Yang Maha Esa' dengan 'Yang HINA Esa'. Namun usulan untuk mempergunakan istilah 'Nibbana Yang Esa' juga akan mengkondisikan timbulnya oposisi yaitu 'Nibbana Yang TIDAK Esa'.

Selama orang belum mencapai kesucian, pertentangan ini tidak akan pernah dapat diselesaikan. Orang hanya dapat sepakat untuk mempergunakan suatu istilah tertentu atas suatu kondisi. Sang Buddha mempergunakan pengertian TIDAK TERCERITAKAN untuk Nibbana. Dengan demikian, apapun yang disebutkan dan

diceritakan tentang Nibbana adalah tidak benar. Hal ini sama dengan usaha seseorang untuk menceritakan perbedaan warna merah seperti pada uraian di atas. Dan, pengertian seperti inilah yang akan membebaskan Nibbana dari berbagai istilah yang dapat selalu dipertentangkan.

II.

A. Diterangkan dalam Visudhimagga 211 dan Theragatha Atthakatha II, 16, 46 bahwa MARA adalah:

1. Lima kelompok kehidupan (badan, perasaan, pikiran, ingatan dan kesadaran)
2. Kekotoran batin (Kesenangan pada nafsu indria, kemauan jahat, kemalasan dan kelelahan, kegelisahan dan kekuatiran, keraguan)
3. Berbagai bentuk perbuatan baik dan tidak baik yang menjadikan seseorang terlahir sesuai karmanya
4. Kematian
5. Mahluk-mahluk yang tidak terlihat yang ingin mengganggu manusia

Dengan melihat banyaknya pengertian tentang Mara tersebut, maka tentunya setiap orang bahkan Bodhisattva sekalipun harus melewati berbagai 'Mara' itu untuk dapat mencapai kesucian atau kebuddhaan. Apalagi dalam uraian tentang Sang Buddha yang berhasil menundukkan Mara itu dilakukan dengan membuktikan kesempurnaan sepuluh atau DASA PARAMITA. Padahal telah diketahui bersama bahwa dasa paramita adalah merupakan persyaratan utama seorang Bodhisattva menjadi seorang Buddha.

B. Syair delapan kemenangan Sang Buddha ini apabila direnungkan berisikan delapan masalah besar yang pernah dihadapi oleh Sang Buddha pada waktu Beliau masih hidup. Dari keterangan yang ada dapatlah dimengerti bahwa segala macam permasalahan itu telah dihadapi Sang Buddha dengan berbagai macam cara pula. Ada persoalan yang diselesaikan Sang Buddha dengan kesabaran, atau dengan kebijaksanaan atau bahkan dengan pelimpahan wewenang seperti ketika Sang Buddha menghadapi Nandopananda. Dengan demikian, dalam kehidupan sehari-hari apabila seorang umat Buddha sedang menghadapi suatu permasalahan, hendaknya ia merenungkan berbagai cara yang telah dilakukan oleh Sang Buddha tersebut dan berusaha mencari salah satu cara yang paling sesuai untuk menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapinya sendiri.

Agar lebih jelas berbagai cara yang telah dilakukan oleh Sang Buddha dalam menghadapi delapan masalah itu, silahkan dibaca pada SANG BUDDHA PELINDUNGKU IV di Samaggi Phala, Naskah Dhamma.

C. Latar belakang Cinca mengaku hamil oleh Sang Buddha adalah akibat hasutan dari para pertapa yang iri hati dengan Sang Buddha. Para pertapa ini merasa telah kehilangan banyak murid dan donatur yang beralih menjadi murid Sang Buddha.

Agar lebih jelas, silahkan baca pada MENGALAHKAN CINCA di Samaggi Phala, Naskah Dhamma, Sang Buddha Pelindungku IV.

D. Syair Jaya Manggala Gatha tersebut sepertinya tidak terdapat dalam Sutta Pitaka. Syair ini kemungkinan dibuat oleh para sesepuh setelah Tipitaka selesai disusun.

III.

Sebagai alternatif, dalam penulisan suatu karya ilmiah yang khas Buddhis dapat menggunakan kalimat pada:

A. Paragraf pembuka:

"Dengan usaha benar berdasarkan keyakinan kepada Sang Tiratana, maka penulis berhasil...."

B. Paragraf penutup:

"Semoga dengan keyakinan kepada Sang Tiratana sebagai pedoman hidup untuk meningkatkan kebajikan melalui badan, ucapan dan pikiran akan mengkondisikan tercapainya tujuan akhir seorang umat Buddha yaitu Nibbana.

Semoga semua makhluk hidup berbahagia."

Semoga jawaban ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

10. Dari: **Intan Chalik Wijaya**, Medan

Bhante, saya mau bertanya.

Tentunya masyarakat Indonesia rata-rata sudah mengenal yang namanya Deddy Corbuzier sang mentalist terkenal di Indonesia. Saya kira Bhante paling tidak tahu sang mentalist ini.

Yang ingin saya tanyakan adalah:

1. Apakah segala sesuatu yang dilakukannya itu memang benar2 ada atau hanya tipuan semata?
2. Apakah kita sebagai makhluk biasa yang masih punya kekotoran batin dan masih belum bisa menaklukkan sifat egois kita bisa melakukan hal demikian?
3. Saya pernah belajar di pelajaran Agama Buddha kira2 waktu SMP atau SMA, ada satu bab yang membahas tentang pencapaian tingkat meditasi yang tinggi sehingga memiliki mata gaib, telinga gaib dan bisa merasakan kehidupan di alam lain dan bisa berjalan menembus dinding, menyelam di dalam air (bernafas). Apakah itu memang benar dan apakah ada hubungannya dengan yang dilakukan Deddy Corbuzier?
4. Kalau memang Deddy benar2 bisa melakukannya artinya tanpa tipuan, kekuatan apa yang digunakannya? Apa ada hubungannya dengan Agama Buddha?
5. Saya sampai saat ini percaya dengan yang dilakukannya karena saya pernah melihat shownya di jalan2 artinya tanpa sengaja diadakan show itu. Misalnya dia sedang jalan2 di jalanan dan tentunya kamera mengikutinya dari belakang. Saya pernah melihat dia membengkokkan sendok yang dipegang seseorang, dan banyak lagi hal yang dilakukan yang membuat kita kagum. Saya tidak tahu apakah itu tipuan (bisa saja orang2 yang ditemui di sana memang orang sendiri) atau memang benar2, karena dia menunjukkannya langsung dihadapan orang yang baru ditemuinya secara kebetulan di jalan.

Demikianlah pertanyaan saya, atas jawaban yang diberikan saya ucapkan terimakasih.

Jawaban:

1. Segala bentuk 'keajaiban' yang dilakukan oleh Dedy Corbuzier itu adalah merupakan gabungan dari kemampuan olah pikir yang telah dipelajarinya di berbagai tempat pendidikan khusus untuk mengembangkan kemampuan itu juga hasil ketrampilan atau keahliannya serta bantuan berbagai peralatan untuk mendukung keberhasilan acaranya. Tentu saja keberhasilan menampilkan berbagai keajaiban itu juga tidak terlepas dari bakat serta hobbynya. Oleh karenanya, segala yang tampaknya sangat nyata di mata penonton sesungguhnya belum tentu demikian kenyataannya.

2. Kemampuan untuk melakukan suatu bentuk keajaiban tidak memerlukan pencapaian kesucian terlebih dahulu. Pencapaian kesucian dan kesaktian amatlah berbeda. Seseorang yang suci adalah orang yang telah melenyapkan ketamakan, kebencian serta kegelapan batinnya. Orang yang sakti adalah orang yang mampu mengkonsentrasikan dan mengarahkan pikirannya untuk mencapai tujuan tertentu. Dengan demikian, seorang yang sakti belum tentu suci, begitu pula sebaliknya. Kadang memang bisa saja terjadi orang suci sekaligus juga orang sakti. Perbedaan antara orang suci dan orang sakti ini dapat diketahui dari Riwayat Hidup Sang Buddha. Ada seorang bhikkhu yang telah memiliki banyak kesaktian namun belum mencapai kesucian hingga saat terakhir kehidupannya yaitu Devadatta. Sebenarnya banyak orang dapat memiliki kemampuan seperti Dedy Corbuzier asalkan ia rajin belajar dan berlatih dengan tekun serta penuh semangat. Apabila perlu, ia dapat ikut program pendidikan yang diselenggarakan oleh beliau. Agar lebih banyak mengenal Dedy Corbuzier dan kegiatannya, silahkan kunjungi websitenya pada: <http://www.corbuzier.com/content.htm>

3. Memang dengan melatih meditasi Buddhis pada tingkat lanjutan, seseorang akan memiliki berbagai kemampuan gaib seperti menembus tembok atau gunung, melihat dan mendengar dari alam lain, membaca pikiran orang dlsb. Namun, tentu saja segala kemampuan gaib ini tidak begitu saja langsung dihubungkan dengan keberhasilan penampilan Dedy Corbuzier. Sesungguhnya banyak 'rahasia perusahaan' yang harus dimiliki Dedy Corbuzier serta staff nya agar pertunjukannya dapat benar-benar memukau penonton.

4. Seperti yang telah disebutkan pada jawaban no 3 di atas, bahwa keberhasilan suatu pertunjukan sangatlah tergantung pada 'rahasia perusahaan' yang hanya si pesulap sendiri dengan crew nya yang mengetahuinya. Sedangkan, kalau pertunjukkan itu DIANGGAP dilakukan tanpa mempergunakan tipuan dan bantuan peralatan apapun juga, maka si pelaku haruslah memiliki tingkat konsentrasi Jhana dalam bermeditasi. Dalam Ajaran Sang Buddha terdapat berbagai petunjuk yang dapat dipergunakan oleh pelaku meditasi untuk mencapai dan mengolah Jhana agar dapat mencapai kesaktian tertentu. Untuk mengetahui secara sekilas tentang berbagai kesaktian hasil meditasi ini, silahkan baca pada BHAVANA yang terdapat pada Samaggi Phala, Naskah Dhamma, Meditasi.

5. Tujuan suatu pertunjukan sulap adalah agar para penontonnya MEMPERCAYAI segala yang dilihat sebagaimana adanya. Apabila Anda mempercayainya, hal itu menegaskan bahwa tujuan pertunjukan tersebut telah tercapai. Tidak ada masalah. Namun, sesungguhnya Anda pun akan dapat melakukannya bila Anda telah mengerti

'rahasia perusahaan' yang membuat pertunjukan itu berhasil.
Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.
Salam metta,
B. Uttamo

11. Dari: **Miwan**, Pangkal Pinang Bangka
Bhante, Namō Buddhaya,

Misalnya orang tua dan saudara kita sering sakit2an kira2 apa yang dapat kita bantu agar mereka dapat sembuh dan paritta apa yang perlu kita baca?
Apakah dengan membaca paritta bisa membantu mereka?

Jawaban:

Dalam buku 'Paritta Suci' yang menjadi pedoman puja bakti di vihara binaan Sangha Theravada Indonesia pada halaman 6 butir ke 11 disebutkan urutan paritta yang perlu dibacakan untuk orang yang sedang sakit yaitu:

01. Vandana
02. Tisarana
03. Buddhanussati
04. Dhammanussati
05. Sanghanussati
06. Saccakiriya Gatha
07. Ratanasutta (bait 4, 5, 6, 7, dan 14)
08. Bojjhanga Paritta
09. Sakkatva Tiratanam
10. Sumanggala Gatha II

Sebaiknya sanak keluarga atau teman-teman si sakit dapat sering membacakan paritta-paritta tersebut untuk si sakit. Adapun irama pembacaan paritta dapat didownload dan didengarkan dari Samaggi Phala, Multimedia, Irama Paritta. Selain membacakan paritta, sebaiknya si sakit dan keluarganya dikondisikan untuk memperbanyak melakukan kebajikan, misalnya dengan berdana obat-obatan ke panti asuhan atau panti jompo; sering melepaskan hewan yang sedang menderita misalnya ikan lele dlsb. Semoga dengan kebajikan yang telah dilakukan oleh si sakit selama ini dan juga seluruh sanak keluarga yang membacakan paritta dapatlah membuahkan kebahagiaan dalam bentuk kekuatan dan kesembuhan untuk si sakit. Semoga demikianlah adanya.

Pembacaan paritta yang dilakukan dengan sungguh-sungguh adalah merupakan sarana untuk menambah perbuatan baik melalui ucapan, badan dan pikiran sehingga kebajikan ini kalau didukung oleh karma baik yang dimiliki oleh si sakit, maka ia pun akan mendapatkan kesehatan serta kekuatan seperti yang diharapkan. Jadi, semuanya tergantung khususnya pada karma baik si sakit. Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,
B. Uttamo

12. Dari: **Guntur Kurniawan**, Aliso Viejo, USA

Namo Buddhaya,

Terima kasih atas jawaban pertanyaan saya yg dulu.

1. Bhante, apakah ada paritta untuk menghindari agar suatu mimpi buruk tidak menjadi kenyataan.
2. Perbuatan baik apakah yg harus kita lakukan untuk mengatasinya?

Jawaban:

1. Ada kalanya, mimpi memang dapat memberikan suatu pertanda akan terjadinya sebuah peristiwa di masa yang akan datang. Namun, tidak setiap mimpi akan selalu menjadi kenyataan. Meskipun demikian, apabila orang ingin menghindarkan diri dari suatu kejadian yang kurang baik yang pernah dimimpikannya, maka ia hendaknya memperbanyak kebajikan melalui ucapan, badan serta pikirannya. Semakin banyak kebajikan yang dilakukannya, maka semakin kecil pula kemungkinannya untuk mendapatkan kesulitan seperti yang dimimpikannya.

Selain melakukan berbagai kebajikan tersebut, ia dapat juga lebih sering membaca berbagai paritta kebahagiaan yang terdapat dalam buku PARITTA SUCI yang dipergunakan sebagai buku pegangan puja bakti di vihara binaan Sangha Theravada Indonesia. Salah satu paritta yang perlu dibaca adalah ABHAYA PARITTA yang terdapat pada halaman 99.

Adapun terjemahan ABHAYA PARITTA itu adalah:

Tanda-tanda jelek dan tidak menyenangkan apapun juga

Dan suara-suara burung yang tidak menyenangkan

Mimpi buruk yang tidak dikehendaki

Berkat kekuatan Sang Buddha, Dhamma, Sangha semoga lenyap adanya.

Dengan melakukan banyak kebajikan melalui ucapan, perbuatan dan pikiran serta rutin membaca paritta juga bermeditasi maka apabila kondisi karma baiknya mendukung, mimpi buruknya tidak lagi menjadi kenyataan.

2. Perbuatan baik yang dapat dilakukan adalah mengembangkan kerelaan, kemoralan dan konsentrasi.

Kerelaan dapat dilakukan mulai dari memberikan dana kepada pengemis di jalan, melepaskan makhluk kembali ke habitasnya, membantu berbagai kegiatan sosial kemasyarakatan sampai dengan memaafkan orang yang bersalah kepadanya.

Kemoralan dapat dilakukan dengan melaksanakan lima latihan kemoralan yaitu tidak membunuh, tidak mencuri, tidak melanggar kesusilaan, tidak bohong dan tidak mabuk-mabukan. Usahakan pula melakukan berbagai kegiatan ritual yang rutin, misalnya membaca paritta pagi dan sore.

Konsentrasi dilakukan dengan bermeditasi yaitu memusatkan pikiran pada salah satu obyek meditasi yang dipilih, misalnya perhatian pada proses masuk - keluarnya

pernafasan. Pusatkan pikiran selama bermeditasi pada obyek meditasi dan jangan biarkan timbul berbagai bentuk pikiran yang lain.

Dengan melakukan berbagai bentuk kebajikan tersebut, hal ini akan mengkondisikan timbulnya kebahagiaan. Semakin banyak kebajikan dilakukan, semakin banyak pula kebahagiaan yang mungkin dapat dirasakannya. Dengan demikian, besar kemungkinan mimpi buruk tidak lagi menjadi kenyataan.

Semoga jawaban ini dapat memberikan pengertian dan ketenangan batin.

Salam metta,

B. Uttamo

13. Dari: **Vivin**, Jakarta

Namo Buddhaya, Bhante

Bhante, saya ingin menanyakan mengenai perbedaan yang jelas antara Karuna dan Mudita.

Apakah Mudita adalah perasaan simpati, termasuk simpati terhadap kebahagiaan dan penderitaan seseorang. Misalnya dia bahagia, kita simpati terhadap kebahagiaannya, sedang bila dia menderita kita simpati terhadap penderitaannya. Apakah seperti itu, Bhante?

Sedangkan menurut teman saya kalau simpati terhadap penderitaan seseorang itu termasuk Karuna.

Mohon penjelasan dari Bhante sehingga kami mempunyai penjelasan yang benar.

Terima kasih atas perhatian Bhante.

Jawaban:

Mudita adalah perasaan simpati atas **KEBAHAGIAAN** yang dialami oleh orang atau makhluk lain. Secara umum kondisi ini dapat dikatakan sebagai pikiran yang terbebas dari rasa iri hati dan kemauan jahat.

Karuna adalah simpati atas **PENDERITAAN** yang dialami oleh orang atau makhluk lain. Perasaan ini lebih sering dikenal dengan **RASA KASIHAN** sehingga timbullah keinginan untuk menolong serta membebaskan makhluk dari penderitaan.

Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

14. Dari: **Yulia**, Jakarta

Namo Buddhaya Bhante,

Bhante yang bijak, bagaimana cara mengendalikan pikiran?

Beberapa tahun belakangan ini pikiran saya diganggu oleh hal2 negatif yg justru tidak saya inginkan. Saya sungguh tidak berniat berpikiran yg tdk baik, tapi pikiran2 itu sering muncul mengganggu saya... dan bathin saya sungguh tersiksa.

Awalnya saya takut akan karma buruk dari pikiran itu sendiri.. tapi lambat laun saya bertanya dalam bathin saya sendiri bahwa saya sesungguhnya tidak ingin demikian... terlepas itu menghasilk an karma buruk atau tidak. Saya telah berusaha selalu

mengucapkan kata2 baik dalam batin saya, dan hal ini belum mampu mengobati batin saya sepenuhnya.

Jujur saya akui Bhante.. menurut saya kebenaran agama hanya satu... dan saya tetap memilih agama Buddha karena menurut saya agama Buddha paling welas asih.. saya juga sangat menghargai kehidupan makhluk lain termasuk binatang2 kecil. Sejak kecil saya takut ke pasar, karena tidak tega melihat daging2 yg digantung ataupun pembunuhan makhluk lain.

Saya kembali bertanya dalam hati.... sebenarnya apa yg terjadi dalam diri saya.... Mohon Bimbingan Bhante....

Jawaban:

Adalah merupakan satu hal yang wajar apabila dalam pikiran seseorang akan timbul berbagai bentuk pikiran baik maupun buruk. Timbulnya kedua bentuk pikiran yang selalu bertentangan ini disebabkan karena seseorang masih belum terbebas dari ketamakan, kebencian serta gelapan batin. Apabila pikiran baik yang timbul, tentu kondisi ini menjadi penyebab kebahagiaan. Sebaliknya, walaupun orang berusaha tidak memikirkannya, sering pikiran buruk juga timbul.

Oleh karena itu, dalam Buddha Dhamma ditekankan pelaksanaan kemoralan atau SILA karena memang kenyataannya walaupun pikiran buruk telah dicegah kemunculannya kuat-kuat, masih saja pikiran semacam itu sering timbul. Dengan melaksanakan sila, seseorang akan dapat mencegah melakukan tindakan dan ucapan buruk yang telah terpikirkan sebelumnya. Semakin kuat seseorang melaksanakan sila, semakin sedikit pula kesempatan munculnya pikiran buruk. Lama kelamaan pikiran buruk tidak akan muncul sama sekali

Dalam usaha mengatasi munculnya pikiran buruk, akan lebih baik lagi bila orang sering melatih KONSENTRASI dalam bermeditasi. Lakukanlah meditasi secara rutin setiap pagi dan sore. Perhatikan obyek meditasi yang telah ditentukan dengan penuh semangat dan tanpa kenal putus asa. Dengan melatih konsentrasi, seseorang akan lebih trampil untuk memperhatikan timbul dan tenggelamnya pikiran. Ia akan lebih jelas membedakan bentuk pikiran yang baik dan pikiran yang buruk. Ia akan dapat lebih jeli dalam memilih pikiran baik untuk dikembangkan dan pikiran buruk untuk dilenyapkan. Semakin kuat perhatiannya pada pikirannya, semakin sedikit pula kesempatan pikiran buruk timbul dalam dirinya. Akhirnya, dengan latihan meditasi untuk menyadari SETIAP SAAT segala sesuatu yang sedang dikerjakan, diucapkan dan juga dipikirkan maka ia akan mempunyai kesempatan untuk membebaskan dirinya dari ketamakan, kebencian serta kegelapan batin.

Bahwa dalam diri manusia sering timbul pikiran baik dan buruk dapat direnungkan dari syair Dhammapada IX, 1 ini:

Bergegaslah berbuat kebajikan dan
Kendalikan pikiranmu dari kejahatan;
Barangsiapa lamban berbuat bajik,
Maka pikirannya akan senang dalam kejahatan.

Semoga saran singkat ini dapat memberikan kebahagiaan dan ketenangan.

Salam metta,
B. Uttamo

15. Dari: **Duski**, Jakarta

Saya ingin bertanya beberapa hal dan mudah2an Anda dapat menjawabnya dengan baik.

1. Siapakah yang berhak masuk surga setelah ia meninggal? Apakah seseorang yang baik tetapi bukan beragama Buddha dapat masuk surga setelah ia meninggal?
2. Kenapa tubuh kita dibakar pada waktu kita mati?
3. Kepada siapakah harusnya kita menyembah? Ada berapakah tuhan/dewa itu?

Jawaban:

1. Dalam pengertian Buddhis, terdapat berbagai tingkat alam surga atau alam bahagia. Disebutkan ada enam tingkat alam surga dan 16 tingkat alam Brahma serta empat tingkat alam Arupa. Kesemuanya itu adalah merupakan alam yang dapat dicapai seseorang dengan bekal **PERBUATAN BAIKNYA** selama menjadi manusia, bukan karena agama yang dipercayainya. Alam surga dapat dicapai dengan melakukan banyak kebajikan, apapun agama yang diikutinya. Karena kebajikan yang dilakukan seseorang berbeda dengan orang yang lain, maka tingkat surga itupun menjadi berbeda. Semakin banyak seseorang melakukan kebajikan, semakin tinggi pula tingkat surga yang diperolehnya.

Sedangkan alam Brahma dan Arupa bukan hanya dicapai dengan melakukan kebajikan, melainkan dengan latihan **MEDITASI**. Seseorang yang bermeditasi sehingga ia mampu mencapai Rupa Jhana dan Arupa Jhana, maka setelah meninggal dunia, ia akan terlahir di alam Brahma tersebut.

2. Dalam pengertian Buddhis, tubuh manusia terdiri dari angin, api, air dan tanah. Keempat unsur alam ini dapat terlihat jelas ketika mengamati proses seseorang meninggal dunia. Proses meninggal dunia diawali dengan berhentinya pernafasan yaitu padamnya unsur angin. Setelah beberapa lama, jenazah akan dingin karena telah padam unsur apinya. Beberapa jam kemudian, jenazah akan menjadi bengkak karena unsur air dalam tubuhnya telah padam dan tidak terkontrol. Apabila dibiarkan dalam waktu yang lama, maka jenazah yang bengkak itu akan perlahan-lahan hancur dagingnya dan meninggalkan seonggok kerangka. Kerangka manusia inipun akan rapuh dimakan usia sehingga hancur menjadi debu. Dengan demikian, unsur tanah pada tubuh manusia itupun menjadi hancur.

Dengan melihat keempat unsur pembentuk tubuh manusia tersebut, maka penyempurnaan jenazah menurut Agama Buddha juga dapat mempergunakan salah satu dari unsur itu. Pemilihan cara penyempurnaan jenazah ini hendaknya disesuaikan dengan keinginan maupun kebudayaan setempat. Apapun cara yang dilakukan terhadap jenazah seseorang, dipandang dari pengertian Buddha Dhamma, tidak ada yang dapat dipersalahkan. Jenazah hanyalah merupakan sisa jasmani saja. Ia menjadi 'barang' netral. Baik dan buruk adalah tergantung pada **NIAT** orang yang memperlakukan jenazah tersebut.

Adapun keempat cara penyempurnaan jenazah itu adalah:

- . Unsur angin banyak dipergunakan pada jaman dahulu dengan meletakkan jenazah di puncak sebuah gunung atau bukit. Jenazah itu ditinggalkan di alam terbuka agar membusuk dan dimakan burung.
- . Unsur api dipergunakan dalam upacara kremasi atau pembakaran jenazah yang pada masa sekarang sudah sangat umum dijumpai di masyarakat luas.
- . Unsur air dimanfaatkan apabila ada umat Buddha meninggal dalam perjalanan laut yang mempergunakan kapal. Jenazahnya tidak harus dibawa ke darat terlebih dahulu untuk disempurnakan. Jenazah itu dapat langsung ditenggelamkan di tengah lautan.
- . Unsur tanah adalah dengan menguburkan jenazah itu di pemakaman seperti yang sudah banyak dilakukan masyarakat.

3. Dipandang dari sudut Buddha Dhamma apabila seseorang menginginkan kebahagiaan, maka hendaknya ia menambah kebajikan. Karena disebutkan dalam Hukum Karma bahwa sesuai dengan benih yang ditanam, demikian pula buah yang akan dipetiknyanya. Pembuat kebajikan akan mendapatkan kebahagiaan.

Oleh karena itu, ketika umat Buddha menghormat kepada arca Sang Buddha, ia hendaknya tidak meminta sesuatu apapun kepada arca tersebut. Umat Buddha bukanlah penyembah berhala. Umat pada saat di depan arca Buddha hendaknya merenungkan semua kebajikan yang telah dilakukan Sang Buddha selama hidupnya. Umat kemudian bertekad untuk meniru beberapa kualitas kebajikan itu. Umat dapat bertekad untuk meniru dalam perilaku sehari-harinya sifat kesabaran, welas asih ataupun semangat yang telah Sang Buddha tunjukkan selama hidupnya. Dengan demikian, arca Buddha ataupun para dewa dalam pandangan Buddhis adalah merupakan sarana untuk perenungan dan perbaikan diri, bukan sarana untuk meminta-minta.

Adapun konsep ketuhanan dalam agama Buddha berbeda dengan pengertian yang telah banyak beredar dalam masyarakat. Untuk itu, silahkan dibaca terlebih dahulu **KONSEP KETUHANAN DALAM AGAMA BUDDHA**, yang terdapat pada Samaggi Phala, Naskah Dhamma.

Sedangkan istilah 'Dewa' atau 'Dewi' adalah menunjuk para penghuni surga. Seperti yang telah diuraikan dalam jawaban pertama bahwa ada enam alam surga yang dihuni oleh para dewa dan dewi tersebut. Juga ada alam Brahma yang lebih tinggi kedudukannya daripada alam surga. Dengan demikian, jumlah para dewa dan dewi ini tidak terhitung banyaknya. Namun, seorang umat Buddha tidak menjadikan para dewa atau dewi itu sebagai tempat meminta, melainkan sebagai teladan. Para dewa dan dewi itu dapat menjadi penghuni surga adalah karena kebajikan yang telah diperbuatnya selama hidup di dunia, dengan demikian umat Buddha hendaknya meniru berbagai kualitas kebajikan itu dalam kehidupan sehari-harinya. Kualitas kebajikan ini dapat dilakukan dengan mengembangkan kerelaan, kemoralan serta konsentrasi.

Semoga pengertian ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

16. Dari: **Ling Ling**, Jakarta

Namo Buddhaya Bhante,

Saya sangat senang sekali bisa melihat website ini, karena saya baru tahu dari seorang teman. Dari dulu saya sering mencari-cari website yang memuat mengenai agama Buddha dan ajarannya tapi tidak mendapatkannya. Belakangan ini saya sering sekali melihat website ini dan saya rasakan banyak sekali yang bisa dipetik dan dipelajari dalam kehidupan ini.

Bhante, ada yang ingin saya tanyakan mohon penjelasan dari Bhante,

1. Bagaimana cara mengatasi supaya jangan terpancing emosi orang lain ?
 2. Bagaimana mengatasi perasaan kesal yang disebabkan orang lain supaya kita tdk kesal dan marah ? Kadang kala, kita bisa merasa kesal dengan prilaku orang atau omongan orang lain terhadap kita, apakah hal itu dari kita sendiri yang menyebabkannya ? atau apakah diri kita yang mempunyai sifat sensitive ?
 3. Apa yang harus dilakukan agar kita bisa selalu merasakan bahagia ?
- Bhante Uttamo, saya ucapkan terima kasih banyak atas petunjuk dan penjelasannya.

Jawaban:

Anumodana atas kebahagiaan Anda dalam memanfaatkan Samaggi Phala. Memang, salah satu tujuan pengadaan website Buddhis Samaggi Phala ini adalah untuk mengenalkan Buddha Dhamma kepada masyarakat dengan cara sederhana, mempergunakan bahasa umum dan dapat langsung diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Semoga Anda selalu berbahagia.

Sesungguhnya TIDAK ADA orang atau fihak lain yang dapat memancing emosi seseorang. Segala perilaku, ucapan yang disampaikan orang lain adalah merupakan hal yang NETRAL. Namun, sikap mental dalam menghadapi perilaku orang lain itulah yang tidak netral. Hal ini jelas terlihat apabila ada orang yang sedang senang hatinya, meski mendapatkan banyak ejekan sekalipun, ia dapat menghadapi semuanya dengan senyuman. Sebaliknya, ketika perasaan seseorang sedang gundah, ketika ditanya tentang kegundahannya mungkin ia malah marah dan menganggap si penanya sebagai orang yang menjeleknya.

Dipandang dari pengertian Dhamma, seseorang dapat memiliki sikap suka atau tidak suka dalam menghadapi lingkungannya ini adalah karena pengaruh kekuatan PIKIRAN sendiri. Apabila seseorang memiliki harapan agar lingkungan melakukan sesuatu untuknya, maka jika harapan ini tercapai timbullah kebahagiaan; sebaliknya bila harapan ini tidak tercapai akan timbul penderitaan. Jadi, penyebab kekesalan bukan karena perasaan yang sensitif, melainkan ketidakmampuan menerima kenyataan yang berbeda dengan harapannya. Semakin besar jarak antara kenyataan dan harapan, semakin besar pula tingkat kekesalan seseorang. Oleh karena itu, agar dapat mengatasi kekesalan ini, seseorang hendaknya berusaha mawas diri dengan meninjau kembali harapan yang dimilikinya. Apabila harapan terlalu tinggi, hendaknya disesuaikan dengan kenyataan. Begitu pula bila memerlukan waktu untuk mewujudkan harapan yang telah ditetapkan, maka berilah orang lain waktu yang sesuai untuk melaksanakannya. Dengan kebijaksanaan untuk menyesuaikan harapan dengan kenyataan, maka orang akan mendapatkan kebahagiaan. Ia akan selalu

berbahagia di manapun ia berada. Ia tidak akan pernah jengkel karena kelakuan orang lain. Inilah kebahagiaan yang dicari dalam kehidupan.

Semoga saran singkat ini dapat dijadikan bahan perenungan untuk mendapatkan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

17. Dari: **Danto**, Semarang

Namo Budhaya Bhante,

Setelah membaca beberapa tanya-jawab mengenai pelimpahan jasa, ada beberapa hal yang ingin saya tanyakan lebih lanjut kepada Bhante, sbb:

1. Saya pernah mendengar ceramah Dhamma mengenai orang yang telah meninggal, arwahnya langsung, saat itu juga, bertumimbal lahir di salah satu alam, benarkah demikian ? Jika demikian, apakah pelimpahan jasa itu bisa sampai kepada yang bersangkutan ? Bagaimana pengaruh pelimpahan jasa tsb. pada "kehidupan di alam sana" bagi yang bersangkutan ?
 2. Apakah orang yang melakukan pelimpahan jasa, juga menerima karma baik dari perbuatannya itu ?
 3. Apakah Agama Buddha telah ada sebelum lahirnya Pangeran Siddharta Gautama ? Disebut apakah Agama Buddha pada masa sebelum Pangeran Siddharta Gautama ?
- Terima Kasih atas jawaban dari Bhante.

Jawaban:

1. Orang yang meninggal memang ia akan LANGSUNG terlahir di alam lain sesuai dengan karma yang dimilikinya. Ia bisa terlahir di alam surga, di alam manusia maupun di alam menderita. Salah satu bagian dari alam menderita adalah alam peta atau setan kelaparan. Kepada para mahluk di alam peta inilah sebenarnya pelimpahan jasa dapat dilakukan. Pelimpahan jasa adalah usaha untuk mengkondisikan para mahluk peta itu merasa berbahagia karena sanak keluarganya masih ingat dengan mereka. Kebahagiaan melihat kebajikan keluarganya inilah yang merupakan kebajikan melalui pikiran para mahluk peta itu. Dengan demikian, semakin banyak ia menerima pelimpahan jasa, semakin banyak pula kebajikan yang ia dilakukan lewat pikirannya. Apabila ia telah memiliki timbunan kebajikan yang cukup, maka ia akan meninggal dari alam peta dan terlahir kembali di alam lain sesuai dengan kondisi karma yang dimilikinya saat itu. Jadi, kelahiran kembali para mahluk peta ke alam yang lain adalah tergantung pada timbunan karma baik para mahluk peta itu sendiri.

2. Keluarga yang melakukan pelimpahan jasa adalah orang yang melakukan kebajikan atas nama mereka yang telah meninggal dunia. Dengan demikian, ia sendiri telah menanam karma baik yang akan dia petik sendiri buahnya apabila telah sampai waktunya. Sedangkan, apabila anggota keluarga yang telah meninggal itu terlahir di alam peta dan dapat merasakan bahagia menerima kebajikannya, maka si pelaku kebajikan yang masih hidup di dunia itu akan bertambah karma baiknya. Apalagi, bila penerima perbuatan baik sebagai sarana pelimpahan jasa itu juga berbahagia, maka semakin banyak pula karma baik yang telah dilakukan orang yang melimpahkan jasa.

Agar dapat lebih jelas tentang masalah ini, silahkan baca Sabda Sang Buddha tentang pelimpahan jasa yang terdapat pada TIROKUDDA SUTTA di Samaggi Phala, Tipitaka, Khuddaka Nikaya.

3. Agama Buddha atau lebih dikenal dengan Buddha Dhamma adalah merupakan Dhamma (=kebenaran) yang diketemukan sendiri dan dibabarkan oleh Sang Buddha pada saat Beliau mencapai kesucian di saat purnama sidhi bulan Waisak. Oleh karena itu, tentu saja sebelum peristiwa pencapai kebuddhaan Pangeran Siddharta Gautama tersebut, Buddha Dhamma atau Agama Buddha BELUM ADA.

Agar lebih jelas tentang sejarah hidup Sang Buddha, silahkan baca RIWAYAT BUDDHA GAUTAMA di Samaggi Phala, Naskah Dhamma.

Semoga penjelasan ini dapat bermanfaat.

Salam metta,

B. Uttamo

18. Dari: **Hendra**, Jambi

Bhante, jika sedang meditasi saat konsentrasi kenapa diantara alis mata terjadi ketegangan, seperti keras?

Objek meditasinya Anapanasati Bhante.

Jawaban:

Dalam melatih konsentrasi dengan meditasi, memang bisa terjadi ketegangan di antara kedua alis mata. Hal ini adalah biasa. Latihan meditasi dapat dilanjutkan. Namun, sebaiknya pikiran tetap dipusatkan pada obyek meditasi yang telah dipilih. Meskipun demikian, usahakan pikiran dalam kondisi yang lebih santai. Pikiran santai dalam proses mengamati serta menyadari proses masuk - keluarnya pernafasan. Biasanya, dengan melakukan meditasi secara lebih santai, ketegangan di tengah alis akan berkurang.

Namun, apabila ketegangan di tengah alis berlanjut dan bahkan diikuti dengan ketegangan di beberapa bagian kepala, maka usahakan pelaku meditasi hendaknya tidak lagi memperhatikan proses masuk - keluarnya pernafasan. Pelaku meditasi hanya memperhatikan, mengenali serta menyadari rasa tegang serta sakit itu. Jadikanlah rasa tegang dan sakit tersebut sebagai obyek meditasi pengganti obyek pernafasan. Sadari terus segala perasaan yang timbul. Dengan kesadaran akan perasaan ini, maka ketegangan akan dapat diatasi, dan rasa sakit di kepala pun akan bisa hilang. Meditasi dapat dilanjutkan kembali.

Semoga saran ini dapat bermanfaat.

Salam metta,

B. Uttamo

19. Dari: **Uthiyah**, Semarang

Bhante,

Saya mau menanyakan sistem penanggalan Buddhis terutama penentuan jatuhnya Hari Raya Waisak dalam Theravada dan Mahayana, apakah ada perbedaan dan persamaan dalam sistem penanggalannya?

Tolong dijelaskan (buat bahan pembuatan skripsi).

Terima kasih.

Jawaban:

Pada prinsipnya penanggalan Buddhis menggunakan perhitungan berdasarkan peredaran bulan seperti yang dipergunakan pada penanggalan Imlek dari Tiongkok. Perhitungan ini berbeda dengan penanggalan Masehi yang mempergunakan dasar perhitungan peredaran matahari.

Meskipun sama-sama mempergunakan perhitungan berdasarkan peredaran bulan, ada beberapa perbedaan waktu untuk memulai TAHUN BARU UMUM di sebagian negara Buddhis. Negara-negara Buddhis Theravada seperti Thailand, Myanmar, Sri Lanka, Kamboja dan Laos, perayaan tahun baru dilakukan selama tiga hari sejak purnama sidhi pertama di bulan April.

Sedangkan di negara-negara Buddhis beraliran Mahayana perayaan tahun baru umum dimulai sejak purnama sidhi pertama di bulan Januari.

Sedangkan penyelenggaraan perayaan TAHUN BARU BUDDHIS di setiap negara sangat tergantung pada kebudayaan dan tradisi setempat. Misalnya di Tiongkok, Korea dan Vietnam tahun baru Buddhis dirayakan pada akhir Januari ataupun awal Februari tergantung penanggalan bulan, sedangkan di Tibet biasanya dirayakan sebulan kemudian.

Perayaan Waisak yang dilakukan oleh umat Buddha Theravada berbeda dengan perayaan Waisak yang diselenggarakan oleh umat Buddha Mahayana.

Umat Buddha Theravada telah sepakat untuk memperingati Waisak pada purnama sidhi di bulan Vesakha atau sekitar bulan Mei / Juni.

Pada saat Waisak, umat Buddha Theravada memperingati tiga peristiwa penting yang terjadi dalam sejarah hidup Sang Buddha Gotama. Ketiga peristiwa itu adalah kelahiran Sang Pangeran Siddhartha, Sang Pangeran mencapai kesucian atau kebuddhaan di bawah Pohon Bodhi dan peristiwa yang ketiga adalah wafatnya Sang Buddha Gotama.

Sedangkan umat Buddha Mahayana memperingati ketiga peristiwa penting itu dalam tiga hari yang berbeda yaitu:

1. Kelahiran Pangeran Siddhartha pada penanggalan Imlek bulan 4 tanggal 8.
2. Pangeran Siddhartha mencapai kesucian menjadi seorang Buddha pada penanggalan Imlek bulan 12 tanggal 8.
3. Sang Buddha wafat atau Parinibbana pada penanggalan Imlek bulan 2 tanggal 15.

Berbagai perbedaan penanggalan untuk merayakan Waisak ini hendaknya tidak membingungkan para umat Buddha dari kedua aliran besar. Sang Buddha telah bersabda bahwa lahir ataupun tidak seorang Buddha di dunia ini, Dhamma akan selalu sama yaitu kehidupan yang tidak kekal, dukkha dan tanpa inti atau tanpa aku. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa merayakan ketiga peristiwa dalam kehidupan Sang Buddha tersebut adalah kurang penting dibandingkan memiliki

pengertian yang benar akan Ajaran Sang Buddha dan usaha keras untuk melaksanakan Buddha Dhamma dalam kehidupan sehari-hari.

Dengan demikian, para umat Buddha dapat menentukan sendiri tradisi merayakan Waisak yang hendak diikutinya. Tidak ada yang salah pada perbedaan tersebut, karena hal ini merupakan hasil kesepakatan saja. Adanya berbagai perbedaan ini justru akan menambah kekayaan dalam mempelajari dan melaksanakan Buddha Dhamma.

Agar dapat menambah wawasan, maka berikut ini disertakan pula nama-nama bulan Buddhis dalam bahasa Pali dan Sanskerta termasuk persamaannya dengan bulan Masehi. Semoga hal ini dapat memberikan manfaat.

01.	Citta	(Sanskrit = Caitra)	---	Feb. / Mar.	atau	Mar. / Apr.
02.	Vesakha	(Sanskrit = Vaisakha)	---	Mar. / Apr.	atau	Apr. / Mei
03.	Jettha	(Sanskrit = Jyaistha)	---	Apr. / Mei	atau	Mei / Juni
04.	Asalha	(Sanskrit = Asadha)	---	Mei / Juni	atau	Juni / Juli
05.	Savana	(Sanskrit = Sravana)	---	Juni / Juli	atau	Juli / Agst.
06.	Pottapada	(Sanskrit = Bhadrapada)	---	Juli / Agst.	atau	Agst. / Sept.
07.	Assayuja	(Sanskrit = Asvina)	---	Agst. / Sept.	atau	Sept. / Okt.
08.	Kattika	(Sanskrit = Karttika)	---	Sept. / Okt.	atau	Okt. / Nov.
09.	Maggasira	(Sanskrit = Margasirsa)	---	Okt. / Nov.	atau	Nov. / Des.
10.	Phussa	(Sanskrit = Pausa)	---	Nov. / Des.	atau	Des. / Jan.
11.	Magha	(Sanskrit = Magha)	---	Des. / Jan.	atau	Jan. / Feb.
12.	Phagguna	(Sanskrit = Phalguna)	---	Jan. / Feb.	atau	Feb. / Mar.

Semoga penjelasan ini dapat memberikan kebahagiaan dan manfaat dalam menyusun skripsi yang sedang dipersiapkan.

Semoga sukses selalu.

Salam metta,

B. Uttamo

20. Dari: **Yanti**, Medan

Bhante yang saya hormati,

Bhante, saya ingin menanyakan perihal cara memakan daging. Saya membaca salah satu artikel Master Sheng Yen-Lu apabila kita hendak memakan suatu makanan yang berasal dari daging harus melafalkan Manjushri Rebirth-mantra : "Om Aphe-La Hum Kan Cha La SoHa", agar makanan yang berasal dari daging yang akan kita makan menjadi murni dan tidak mengandung energi dendam dari hasil pembunuhan yang telah dibeli di pasar.

Apakah hal ini sesuai dengan Buddhadharma?

Terimakasih atas petunjuk yang diberikan Bha nte.

Jawaban:

Diterangkan dalam Buddha Dhamma bahwa seorang umat Buddha dapat langsung mengkonsumsi daging atau bangkai yang memang sudah tersedia dan dijual di pasar. Tidak ada doa tertentu untuk mengkonsumsinya. Namun, apabila memang ingin membacakan doa tertentu sebelum makan daging, perbuatan ini dapat saja dilakukan. Dipandang dari sudut Dhamma, ketika seseorang sedang melafalkan doa tertentu, ia sudah termasuk melakukan kebajikan melalui ucapan, badan dan pikirannya. Dengan demikian, apabila seorang umat Buddha merasakan lebih sesuai untuk membiasakan diri membacakan doa tertentu sebelum mengkonsumsi daging, maka kebiasaan itu dapat saja dilakukan. Tidak ada masalah.

Semoga penjelasan ini dapat bermanfaat.

Salam metta,

B. Uttamo

21. Dari: **Sin Phin**, Medan

Ada hal yang ingin saya tanyakan,

Bagaimana mengatasi kebencian yang timbul (menurut saya) tanpa ada sebab dari masa saat ini. Mungkin sebab-sebab kecil yang tidak diperhatikan...?

Apakah ada hubungan karma masa lalu? Karena ini sangat mengganggu kehidupan pergaulan sosial saya. Orang yang saya temui setiap hari.

Apakah harus menyalahkan karma masa lalu, karena kita hidup dimasa sekarang. Jika kita selalu melihat karma masa lalu maka roda kehidupan yang kita jalani ini tidak akan pernah berakhir di roda kehidupan samsara.

Demikian saja pertanyaan saya.

Terima kasih.

Jawaban:

Adalah merupakan kenyataan hidup, kadang apabila memandang seseorang yang belum dikenal sekalipun bisa terjadi munculnya perasaan suka dan simpati kepadanya. Padahal, sama sekali belum pernah mengetahui nama, keluarga maupun perilakunya. Sikap simpati pada pertemuan pertama ini kalau dilanjutkan akan menjadi jalinan persahabatan bahkan percintaan yang sangat romantis. Kejadian ini sering disebut sebagai 'jatuh cinta pada pandangan pertama.'

Sebaliknya, kadang baru beradu pandang dengan seseorang saja sudah timbul rasa tidak-suka bahkan benci kepadanya. Padahal sama sekali belum mengetahui nama, keluarga maupun perbuatannya. Apabila hubungan seperti ini dilanjutkan, maka besar kemungkinan di masa mendatang akan terjadi permusuhan yang hebat di antara kedua belah pihak. Kejadian ini dapat disebut sebagai 'kebencian pada pandangan pertama.'

Dari kedua kenyataan itu, biasanya kenyataan yang pertama saja yang banyak dibahas sedangkan orang cenderung mengabaikan kenyataan 'kebencian pada pandangan pertama.'

Sebenarnya dalam pandangan Dhamma, rasa cinta dan benci pada pandangan pertama ini tentu ada sebabnya yaitu pengalaman di masa kehidupan yang lampau atau sering disebut sebagai KAMMA LAMPAU. Apabila pada kehidupan yang lampau kedua

belah fihak adalah sepasang kekasih ataupun orang yang saling menyayangi, maka ketika bertemu di kehidupan yang sekarang secara otomatis akan timbul rasa suka dan simpati. Sebaliknya, apabila pengalaman masa lalu adalah sebagai musuh, maka pertemuan dalam kehidupan saat ini menjadi pendorong ingatan bawah sadar untuk timbul kebencian kepada orang tersebut.

Namun menyadari adanya pengaruh perasaan pada kehidupan yang lalu bukanlah hanya sekedar untuk mengenang kembali masa lalu sehingga tidak ada kemajuan dalam kehidupan ini. Bukan demikian. Justru, ketika seseorang telah mengetahui penyebab dari rasa benci yang tidak diketahui asalnya itu, maka ia akan berusaha mengatasi dan menyelesaikan permasalahan tersebut.

Mungkin rasa permusuhan tersebut sudah timbul dalam banyak kehidupan yang lampau, oleh karena itu untuk menyelesaikannya seseorang hendaknya melatih pemancaran pikiran cinta kasih. Sesungguhnya tidak ada kebencian yang berakhir dengan kebencian melainkan dengan cinta kasih. Jadi, apabila telah timbul rasa benci kepada seseorang hendaknya dikembangkan pikiran cinta kasih dalam diri dengan menyebutkan: "Semoga dia bahagia. Semoga semua makhluk berbahagia." Dengan sering mengucapkan kalimat cinta kasih ini, maka lama kelamaan perasaan benci dalam diri akan berkurang dan bahkan akan hilang. Begitu pula dalam menghadapi orang lain, ketika pikiran cinta kasih telah menjadi kebiasaan hidup, maka tidak ada lagi orang yang dibenci di lingkungannya. Dengan demikian, ia akan dapat hidup tenang serta berbahagia. Bahkan, ia tidak akan terlahir kembali berdekatan dengan orang-orang yang saling membenci. Ia telah menghabiskan hubungan yang berkaitan dengan kebencian.

Sesungguhnya dalam menyikapi suka dan duka kehidupan ini sangat mirip dengan orang yang menghadapi sebuah cermin. Apabila ia melihat pantulan dirinya dalam cermin dengan rambut yang kusut, maka haruslah ia memperbaiki DIRI SENDIRI terlebih dahulu dengan menyisir rambutnya. Apabila diri sendiri telah rapi rambutnya, maka pantulan gambar dalam cermin itupun akan rapi juga. Demikian kehidupan ini, apabila seseorang mendapatkan perlakuan buruk dari lingkungan yang berfungsi sebagai cermin, maka mulailah memperbaiki situasi yang ada dengan memperbaiki diri sendiri. Perbaikan pada ucapan, perbuatan serta pikiran akan memberikan hasil yang serupa pada lingkungan. Dengan demikian, kebahagiaan dan ketenangan dalam hidup bermasyarakat akan dapat dirasakan.

Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat.

Salam metta,

B. Uttamo

22. Dari: **Aming**, Semarang

Namo Buddhaya,

Bhante, saya punya teman mereka sering tengkaran terus, entah pada saat mereka kerja atau mereka di rumah.

Dia bertanya kepada saya bagaimana caranya untuk menyelesaikannya?

Terus apakah betul apabila orang tua tidak setuju bisa pengaruh dalam hal berumah

tangga?

Terima kasih atas waktu yang disediakan.

Jawaban:

Berkumpul menjadi teman atau musuh bila dipandang dari Buddha Dhamma tentu ada penyebabnya. Salah satu penyebab terjadinya perasaan suka dan benci adalah karena 'sisa' perasaan cinta dan benci dari kehidupan yang lampau. Oleh karena itu, sangat mudah dijumpai orang yang timbul rasa suka atau tidak suka pada saat pertama kali bertemu dengan orang lain. Apabila perasaan suka ini dilanjutkan dengan berbagai cara komunikasi, maka mereka akan menjadi teman yang baik bahkan tidak tertutup kemungkinan menjadi pasangan hidup yang setia dan harmonis sampai hari tua.

Sedangkan, apabila pada pertemuan pertama sudah diawali dengan timbulnya perasaan tidak suka, maka apabila hubungan ini dilanjutkan, tidak tertutup kemungkinan hubungan mereka akan selalu diwarnai dengan berbagai pertengkaran yang seolah tidak ada habisnya seperti yang dipertanyakan di atas.

Oleh karena itu, untuk mengatasi atau menyelesaikannya kondisi yang tidak nyaman dalam pergaulan ini, sebaiknya setiap fihak yang terlibat mengembangkan pikiran cinta kasih. Pemancaran pikiran cinta kasih ini didasari pengertian bahwa mungkin telah cukup banyak permusuhan yang dibawa dari banyak kelahiran lampau. Selain itu, hendaknya juga timbul kesadaran bahwa kebencian tidak akan berakhir dengan kebencian melainkan dengan cinta kasih. Dengan selalu mengembangkan pikiran cinta kasih yaitu mengucapkan dalam hati: "Semoga dia bahagia, semoga semua makhluk berbahagia." Lama kelamaan, rasa permusuhan akan menjadi berkurang, bahkan tidak tertutup kemungkinan akan menjadi hilang selamanya. Akhirnya, bukan hanya dalam kehidupan ini saja mereka tidak bermusuhan, melainkan juga dalam kehidupan-kehidupan mendatang. Ikatan kebencian di antara mereka telah terputuskan dengan cinta kasih.

Selain menganjurkan mereka mengembangkan pikiran cinta kasih, sebaiknya sebagai teman juga membantu mereka mencari PENYEBAB timbulnya berbagai pertengkaran itu. Mungkin masalah muncul karena sering terjadi salah tafsir pada sikap yang dilakukan oleh salah satu fihak. Mungkin pula satu fihak mempunyai harapan terlalu tinggi pada fihak yang lain, serta masih banyak sebab lain yang menimbulkan ketidakharmonisan di antara mereka. Apabila telah menemukan penyebab utama pertengkaran mereka, bantulah mereka untuk saling memahami dan mengerti kelebihan serta kekurangan fihak lain. Arahkan mereka untuk tidak berpikir 'KENAPA kamu demikian?' melainkan 'MEMANG kamu demikian.' Dengan adanya perubahan pola pikir ini, orang diarahkan untuk mengubah diri sendiri agar menyesuaikan dengan keadaan orang lain. Apabila ia dapat menyesuaikan diri, maka ia akan mendapatkan ketenangan. Dengan bekal ketenangan inilah hubungan mereka akan menjadi lebih baik, paling tidak mengurangi pertengkaran yang selalu timbul.

Masalah perkawinan yang tidak disetujui oleh orangtua memang dalam kenyataannya cenderung menjadi pasangan yang kurang bahagia. Terjadinya kekurangbahagiaan ini adalah karena orangtua yang tidak menyetujui anaknya memilih pasangan hidup tertentu sebenarnya adalah demi kebahagiaan anaknya pula. Namun, mungkin si anak

tidak sepakat dengan pendapat orangtua. Ia bahkan mengeluarkan berbagai argumentasi yang membuat orangtua tidak berketik. Orangtua kemudian dengan terpaksa mengangguk kepala menyetujui perkawinan itu. Anggukan kepala orangtua yang terpaksa ini sebenarnya akan mengkondisikan munculnya pikiran bawah sadar: "Silahkan engkau menikah dengan orang itu, namun, KALAU ADA MASALAH NANTINYA jangan mengeluh kepada saya." Pikiran bawah sadar seperti ini adalah merupakan hal yang normal karena orangtua bukanlah orang yang sudah mencapai kesucian, mereka masih terikat dengan ketakutan, kebencian serta kegelapan batin.

Walaupun mungkin hal ini tidak disadari sendiri oleh orangtua, pikiran bawah sadar tersebut adalah merupakan HARAPAN agar si anak dapat membuktikan kebenaran pilihan orangtua. Dengan demikian, penderitaan dalam rumah tangga itulah yang membuktikannya.

Oleh karena itu, apabila orangtua kurang setuju dengan pilihan pasangan hidup yang diajukan anaknya, maka sebagai anak hendaknya berusaha menjelaskan kebaikan yang dimiliki calon menantu. Orangtua hendaknya juga diupayakan agar dapat secara bertahap menerima dengan sepenuhnya calon menantu. Hindarkanlah sikap orangtua yang terpaksa menerima calon menantu. Apabila cara ini dapat dipergunakan dan orangtua setuju secara ikhlas, maka perkawinan dapat dilangsungkan.

Sebaliknya, apabila orangtua dengan berbagai cara masih tetap tidak setuju dengan pilihan anak, maka sebaiknya hubungan cinta yang sudah dibina itu tidak dilanjutkan ke lembaga perkawinan, melainkan dapat diubah menjadi hubungan persahabatan saja.

Apabila dilakukan penjelasan yang baik dan terus terang, kiranya hubungan persahabatan ini akan menjadi alternatif yang sangat membahagiakan semua pihak. Semoga penjelasan ini dapat bermanfaat.

Salam metta,

B. Uttamo

23. Dari: **Sugiarto**, Jakarta

Bhante, saya mau tanya kitab Agama Buddha itu kan sangat banyak?

Kita kalau mau melihat (membacanya) di wihara mana ?

Soalnya yang ada sekarang, banyak yang terpecah-pecah (maksudnya kenapa kitab itu tidak dirampungkan menjadi 1 kitab seperti kitab Injil dan Al Quran).

Selama ini kitab yang terpecah-pecah itu cukup membingungkan orang awam.

Saya sering mencari Ajaran Buddha mulai di toko buku, sekolah, wihara, tetapi terkadang di antara salah satu tempat itu sering ada dan tidak ada (setengah-setengah).

Sebenarnya kitab yang di Tipitaka (yang sangat banyak itu) yang telah disabdakan Sang Buddha sudah di terjemahkan seluruhnya atau belum?

Satu lagi, kapan kitab itu disempurnakan (di rampungkan seperti satu kitab Injil dan Al Quran), biar mudah dan praktis dibawa kemana - mana.

Terima kasih

Jawaban:

Kitab Suci Agama Buddha disebut sebagai TIPITAKA yang diartikan sebagai tiga

keranjang adalah memuat hampir semua sabda Sang Buddha yang disampaikan Beliau selama 45 tahun mengajar Dhamma. Dikisahkan bahwa dalam satu hari, Sang Buddha mengajarkan Dhamma sebanyak enam kali. Dengan demikian berarti selama satu bulan yang berisikan 29 hari, Sang Buddha telah ceramah Dhamma sebanyak $6 \times 29 = 174$ kali. Jadi, apabila kebiasaan Sang Buddha ceramah Dhamma sehari enam kali ini dilakukan selama 45 tahun maka jumlah seluruh ceramah Sang Buddha adalah $174 \times 12 \times 45 = 93.960$ ceramah Dhamma. Dengan demikian, apabila semua ceramah Dhamma ini dibukukan memang TIDAK MUNGKIN menjadi hanya satu buku saja.

Selain itu, kitab suci Tipitaka juga dibagi menjadi tiga bagian besar yaitu peraturan kebhikkhuan, uraian Dhamma dan kumpulan filsafat tinggi. Ketiga bagian besar ini masih terbagi dalam banyak bagian kecil lainnya. Untuk lebih jelasnya, silahkan baca IKHTISAR TIPITAKA yang terdapat pada Samaggi Phala, Tipitaka.

Karena sedemikian banyak isi kitab suci Tipitaka, maka ketika diterjemahkan ke dalam bahasa Inggris sejak beberapa tahun yang lalu, hingga saat ini baru selesai 52 jilid buku saja. Masih banyak lagi yang belum selesai diterjemahkan. Sedangkan, bagian Tipitaka yang telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia jauh lebih sedikit lagi.

Di Indonesia, tidak banyak tempat yang memiliki koleksi Tipitaka secara lengkap, walaupun ada, koleksi Tipitaka tersebut masih dalam bahasa Pali, atau Mandarin, Jepang, Thailand, Myanmar, Srilanka, maupun Inggris. Kekurangan ini hendaknya dapat dimaklumi dan jangan sampai menimbulkan kebingungan untuk melaksanakan Ajaran Sang Buddha karena seluruh isi Tipitaka itu apabila diringkas menjadi:

Kurangi segala bentuk kejahatan
Tambah sebanyak mungkin kebajikan
Sucikan pikiran dengan melatih meditasi

Ketiga perilaku luhur itulah yang hendaknya dengan tekun dilaksanakan para umat Buddha dalam kehidupan sehari-harinya. Sehingga, walau umat Buddha belum sekalipun pernah melihat kitab suci Tipitaka, ia masih tetap memiliki kesempatan untuk menjadi orang yang perilakunya baik sehingga apabila ia meninggal dunia, ia masih memiliki kesempatan untuk terlahir di alam surga. Bahkan, dengan perilaku luhurnya itu, ia dapat mencapai kesucian dalam kehidupan ini maupun kehidupan yang selanjutnya.

Agar memiliki gambaran yang memadai tentang isi keseluruhan Tipitaka, silahkan lihat dan baca terlebih dahulu koleksi sebagian isi Tipitaka dalam bahasa Indonesia yang terdapat pada Samaggi Phala ini.

Sedangkan untuk keperluan puja bakti dan dibawa para umat ke berbagai tempat, saat ini Sangha Theravada Indonesia telah menjadikan buku PARITTA SUCI serta DHAMMAPADA sebagai buku pegangan upacara ritual di vihara maupun berbagai tempat lainnya.

Semoga kedua buku ini dapat dimanfaatkan dengan sebaik-baiknya.

Semoga jawaban ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

24. Dari: **Thomas Foong**, Jakarta

Namo Buddhaya,

Saya ingin menanyakan perihal virus SARS yang hampir menjangkiti dunia tahun lalu. Fenomena apakah ini? Apakah makhluk virus yang membunuh begitu banyak orang memiliki niat untuk membunuh, atau....memang karma buruk orang2 yang terbunuh itu yang sedang berbuah?

Juga wabah Flu Burung baru2 ini membunuh begitu banyak unggas. Apakah hal itu hanya fenomena alam biasa yang dapat dijelaskan?

Sebelumnya terima kasih atas jawaban Bhante.

Jawaban:

Datangnya berbagai musibah yang melanda umat manusia akhir-akhir ini adalah merupakan BUAH KAMMA BURUK yang dialami secara bersama-sama oleh sebagian besar penduduk dunia. Dalam pengertian Hukum Kamma, walaupun setiap makhluk memiliki kammanya sendiri, karena berkumpul dengan makhluk yang lain maka timbullah kamma kelompok. Oleh karena itu, agar dapat menghindari berbagai musibah massal tersebut, orang hendaknya MELAKUKAN KAMMA BAIK di setiap tempat dan waktu dengan memperbanyak kebajikan berupa kerelaan, kemoralan serta konsentrasi.

Adapun berbagai virus yang menyerang manusia dan unggas ini adalah karena berlakunya hukum sebab dan akibat. Jadi, karena adanya ini, timbullah akibat itu.

Dengan demikian, apabila dihilangkan penyebabnya akan hilang pula akibatnya.

Karena adanya kamma kelompok tersebut maka sebaiknya setiap orang hendaknya berusaha menolong semampu yang dapat dilakukan kepada para korban musibah itu maupun mereka yang sedang menderita.

Dengan bekal kebajikan yang telah dilakukan selama ini semoga dapat terbebas dari berbagai musibah yang sedang maupun yang akan datang.

Semoga demikianlah adanya.

Salam metta,

B. Uttamo

25. Dari: **Gunawan**, Surabaya

Namo Buddhaya,

Sejak lama saya merenung untuk mencoba mengerti dengan apa yang saya lalui saat ini, di kehidupan saya saat ini. Tetapi ujung dari semuanya justru semakin membingungkan saya. Analoginya, seperti seorang peserta maraton yang tahu persis dimana letak garis finish dan dengan semangat penuh pada saat awal lomba, tetapi berhenti di tengah perjalanan dan dengan keringat sekujur badan lalu berpikir: "Sebenarnya untuk apa saya ikut lomba ini ?"

Saya sering bertanya pada diri sendiri "Kenapa saya ada di sini ?" dan "Untuk apa saya ada di sini ?" serta "Untuk apa juga saya harus lepas dari tumimbal lahir ?"

Sedikit tentang saya, saya adalah ayah dan suami yang bahagia, juga seorang

entrepreneur muda.

Mohon pendapat dan petunjuk Bhante.

Jawaban:

Pertanyaan yang sangat umum dan mendasar dalam kehidupan ini adalah pertanyaan tentang asal serta tujuan hidup SAYA. Pertanyaan klasik ini hampir selalu mendominasi berbagai diskusi tentang filsafat hidup. Banyak pendapat yang dilontarkan tentang kedua hal pokok tersebut. Padahal, pembahasan secara panjang lebar akan kedua pertanyaan 'sulit' itu seakan telah melupakan satu hal yang sangat penting. Hal ini seharusnya dibahas lebih awal daripada kedua pertanyaan tersebut, yaitu: ADAKAH SAYA?

Tentu saja, pertanyaan awal ini menjadi sangat mengagetkan untuk sebagian besar orang mengingat hampir semua orang mengatakan bahwa sudah sangat jelas jika saya itu ada. Namun, ketika ia diminta menunjukkan 'dimanakah saya', maka orang itu hanya akan asal tunjuk saja. Ia akan menunjuk dadanya untuk mewakili saya. Atau ia menunjuk kepalanya untuk mewakili saya, padahal 'saya' tentu saja bukan terletak di dada, kepala atau bagian lain dari tubuh seseorang.

Hal ini sama dengan orang yang diminta menunjuk sebuah mobil. Di manakah yang disebut sebagai 'mobil'? Apakah rodanya, atau tempat duduknya, atukah mesinnya atau bagian yang lainnya? Sesungguhnya tidak ada bagian yang dapat disebut sebagai 'mobil'. Istilah 'mobil' tersebut hanyalah menunjuk pada paduan unsur dari berbagai bahan yang dapat dilihat dan dipegang. Padahal, kalau berbagai unsur itu ditinjau lebih dalam lagi, maka akan semakin tampak tidak adanya unsur pembentuk yang layak disebut sebagai bagian dari sebuah mobil. Misalnya roda, manakah yang dapat disebut dengan 'roda'? Apakah lingkarannya, atau karetinya atau yang mana lagi? Demikian seterusnya. Semua nama atau istilah yang diberikan hanya selalu menunjuk pada paduan unsur yang berbeda pula. Dengan demikian, setiap unsur terdiri dari berbagai macam unsur yang lebih kecil lagi.

Pengertian seperti itu juga berlaku pada manusia. Dalam pengertian Dhamma, istilah 'saya' hanyalah merupakan sebuah konsep yang menunjuk pada paduan unsur dalam diri suatu makhluk yang disebut 'manusia'. Paduan unsur pembentuk manusia adalah badan dan batin. Adapun 'batin' terdiri dari perasaan, pikiran, ingatan serta kesadaran. Jadi, kelima unsur yang masih dapat terus diuraikan menjadi unsur yang lebih kecil inilah yang membentuk manusia sehingga berkonsep ada SAYA.

Dengan memperhatikan uraian di atas, tentunya sudah dapat dimengerti bahwa sesungguhnya dalam diri manusia ini tidak ada yang dapat disebut sebagai SAYA. Apabila telah dimengerti tentang hakekat hidup seperti ini, maka berbagai pertanyaan tentang asal dan tujuan 'saya' menjadi tidak dapat dipertanyakan lagi.

Meskipun tidak ada 'saya', manusia dalam kehidupan ini hendaknya tetap berusaha mengembangkan kebajikan melalui ucapan, perbuatan dan juga pikirannya. Dengan menambah berbagai kebajikan seperti itu, manusia masih mempunyai kesempatan untuk mendapatkan kebahagiaan dalam kehidupan ini. Sang Buddha pernah menyampaikan bahwa ketika seseorang banyak melakukan kebajikan, maka ia akan hidup berbahagia. Ia akan diterima dengan baik oleh lingkungannya. Ia akan mendapatkan kehormatan dan kedamaian dalam hidup.

Ketika ia meninggal dunia, apabila memang ternyata ada alam surga, maka ia mempunyai kesempatan untuk terlahir di alam surga tersebut. Sebaliknya, apabila terbukti tidak ada surga setelah kehidupan ini, paling tidak dalam hidupnya di dunia ini ia telah mendapatkan kebahagiaan. Dengan demikian, seseorang yang selalu melakukan kebajikan akan mendapatkan kebahagiaan dalam kehidupan ini.

Apalagi memang dalam pengertian Dhamma, terdapat berbagai tingkat surga di alam kehidupan ini, dengan demikian orang yang banyak mengembangkan kebaikan pasti memiliki kondisi untuk terlahir kembali di alam surga. Semakin banyak kebajikan yang dilakukannya, semakin tinggi pula surga yang akan menjadi tempat kelahirannya.

Lebih-lebih lagi, Dhamma memberikan kemungkinan lain di luar kelahiran di alam bahagia atau surga yaitu pencapaian kesucian. Seseorang yang telah mencapai kesucian tidak akan terlahirkan di manapun juga. Orang yang mengembangkan kebajikan serta melatih kesadaran setiap saat dalam bermeditasi akan mempunyai kesempatan untuk terbebas dari ketamakan, kebencian serta kegelapan batin.

Jadi, sesungguhnya masalah yang perlu dibahas dalam kehidupan ini adalah bukan hanya tentang asal dan tujuan kehidupan saja melainkan KEGIATAN yang harus dilakukan seseorang dalam kehidupan ini. Adanya surga atau neraka bahkan kesempurnaan Nibbana adalah merupakan bagian dari kepercayaan yang bersifat teori filosofis. Sedangkan, melakukan kebajikan serta merasakan hasil kebahagiaan dalam kehidupan ini adalah kenyataan yang dapat langsung dibuktikan.

Oleh karena itu, dengan menyadari manfaat langsung melakukan kebajikan melalui ucapan, perbuatan dan pikiran seseorang hendaknya akan selalu bersemangat dalam hidup. Ia akan selalu berkarya dengan semaksimal mungkin. Ia akan memanfaatkan waktu kehidupan ini dengan sebaik-baiknya.

Semoga jawaban ini dapat memberikan kebahagiaan dan semangat hidup seperti seorang pelari maraton yang mengerti tugasnya untuk berlari dan terus berlari sampai akhirnya ia tiba di garis finish. Hendaknya ia tidak lagi hanya berhenti di tengah perjalanan serta melakukan berbagai perenungan yang akan membuang waktu serta kesempatan berharga yang dapat dicapainya.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

26. Dari: **Jon**, Jakarta

Namo Buddhaya Bhante,

Saya punya sedikit masalah Bhante mengenai kepribadian saya.

Saya sudah pernah konsultasi sama orang pintar katanya saya punya keturunan dari orangtua kalau saya di lindungi dewa. Bagaimana saya tahu kalau hal itu benar?

Memang saya senang sekali baca parita dan meditasi apakah dengan cara itu saya dapat lebih dekat lagi dengan yang di belakang saya karena saya ingin sekali membantu orang, bagaimana caranya Bhante?

Saya sering mendapat bisikan jika saya meditasi mengenai kejadian akan datang apakah itu kekuatan dari meditasi atau dari yang di belakang?

Itu saja dari saya Bhante.

Semoga Bhante bisa membantu saya karena saya sangat bingung. Saya sudah banyak nanya kesana kemari tetapi tidak dapat membantu.

Terima kasih Bhante.

Jawaban:

Seseorang yang melatih meditasi dengan tekun dan diperkuat dengan kemampuan yang berasal dari kamma lampayanya, memang mungkin akan dapat memiliki berbagai kemampuan batin. Salah satu kemampuan batin adalah mengetahui kejadian yang akan datang, seperti yang disebutkan dalam pertanyaan di atas.

Kemampuan batin untuk mengetahui kejadian yang akan datang tersebut memang bisa terjadi karena kekuatan meditasi sendiri, namun juga bisa saja karena adanya 'bantuan' dari makhluk lain. Makhluk yang membantu tersebut mungkin saja adalah saudara atau leluhur sendiri. Bisa juga, makhluk itu terlahir di dekatnya karena adanya kemelekatan dari kehidupan yang lampau. Ketika makhluk itu memberikan bisikan yang bermanfaat, sebenarnya makhluk itu telah melakukan kebajikan untuk dirinya sendiri.

Sering dijumpai dalam masyarakat adanya orang yang dijadikan 'alat' oleh makhluk itu untuk terus mengembangkan kebajikan. Dia membantu dengan memberikan bisikan ataupun 'kesurupan' agar orang itu seolah-olah dapat menolong orang lain. Apabila ia telah cukup banyak melakukan kebajikan, maka ia akan mati dan terlahir kembali di alam yang lebih baik. Karena itulah, sering ditemukan dalam masyarakat adanya 'dukun' yang dahulu sangat pandai namun lama kelamaan ia menjadi tidak pandai lagi. Ada kemungkinan ia sudah ditinggalkan si makhluk tersebut.

Sehubungan dengan kemampuan batin yang diperoleh dari bantuan makhluk lain, bisa saja hal ini mendorong orang untuk mengenal lebih lanjut tentang keberadaan makhluk itu. Perkenalan ini mungkin akan dilanjutkan dengan 'kerja sama' dengan makhluk tersebut. Namun, apabila setelah kenal kemudian meminta tolong kepada makhluk itu, maka pertolongan atas permintaan ini menjadi berbeda nilainya dibandingkan dengan niat makhluk itu menolong agar dirinya dapat menambah kebajikan. Orang yang meminta tolong akan terhitung 'berhutang' kepada makhluk itu. Dengan demikian, apabila orang yang sering minta tolong ini akan meninggal dunia, makhluk itu akan mengkondisikan orang tersebut terlahir di alam yang sama dengan makhluk itu. Oleh karena itu, dalam pengertian Dhamma sebenarnya proses pendekatan dan bahkan kerja sama dengan makhluk seperti itu adalah hal yang patut dihindari karena akan merugikan orang itu untuk mendapatkan kebahagiaan di kehidupan yang akan datang.

Buddha Dhamma lebih menyarankan agar orang bertekad untuk berjuang sendiri dengan tekun melaksanakan kerelaan, kemoralan serta konsentrasi sehingga ia akan memiliki kemampuan untuk membantu orang lain yang sedang mengalami kesulitan. Semoga penjelasan ini akan memberikan ketenangan dan kemantapan batin untuk lebih giat berjuang meningkatkan kualitas batin sendiri daripada bergantung kepada

para makhluk yang tidak jelas asal usulnya tersebut.
Semoga selalu maju dalam Buddha Dhamma.
Salam metta,
B. Uttamo

27. Dari: **Hadianto**, Jakarta
Nama Budhaya Bhante,
Saya ingin bertanya kepada Bhante mengenai budidaya sarang burung walet.
Apakah budidaya sarang burung walet merupakan karma buruk?
Kalau karma buruk, termasuk karma buruk apa?
Terima kasih.

Jawaban:
Seorang umat Buddha bisa saja melakukan budidaya burung walet. Namun, hendaknya ia melakukan panen sarang burung SETELAH sarang itu ditinggal terbang anak-anak burung walet. Memang, sarang burung yang sedemikian itu mungkin dalam kondisi kurang bersih, namun, cara panen seperti ini akan membebaskan si pelaku dari kamma buruk. Sarang burung yang sudah ditinggalkan tersebut memang telah tidak diperlukan lagi oleh anak-anak burung itu.
Adapun kondisi sarang burung yang kurang bersih, hal ini malah akan membuka lapangan kerja untuk orang yang membersihkan sarang burung dari bulu dan berbagai kotoran lainnya.
Dengan demikian, panen sarang burung walet yang tidak mempunyai resiko kamma buruk tersebut masih ditambah dengan memberikan lapangan kerja untuk mereka yang memerlukannya. Dengan demikian, bila dilakukan dengan hati-hati, budidaya sarang burung walet ini dapat menjadi lahan melakukan kebajikan.
Semoga jawaban ini dapat memberikan manfaat.
Salam metta,
B. Uttamo

28. Dari: **Lena Handjaja**, Serpong, Tangerang
Nama Buddhaya,
Ada beberapa pertanyaan yang hendak saya tanyakan:
Menyambung pertanyaan dari Sdr. Suryajayo dari Surabaya mengenai Paritta:
1. Paritta apakah yang bisa kita baca sehari-hari?
2. Apakah Karaniyametta Sutta dan Sumangala Gatha II, boleh di baca sehari-hari? Atau hanya pada saat pelepasan makhluk hidup untuk yang telah meninggal dunia?
3. Apakah ada paritta khusus yang dapat saya baca tiap hari untuk "kelancaran perjalanan" arwah orangtua yang sudah meninggal dunia (selain dari Pelimpahan Jasa)?
4. Apakah bisa kita melakukan pelimpahan jasa setiap hari? Misalnya tiap hari kita sudah berbuat baik melalui pikiran, perkataan dan ucapan, meskipun tidak 100 % baik, misalnya kadang-kadang masih merasa jengkel dengan seseorang.

Menyambung pertanyaan dari Sdr. Vajirasilo Iwan Suprpto dari Cirebon mengenai Penge nalan Dhamma kepada orang tua:

5. Pada saat kami memutarakan VCD yang kami dapat dari salah satu vihara di Jakarta Barat, ternyata Ibu kami tidak begitu menyukainya. Karena beliau lebih suka VCD yang berupa doa dan ada textnya. Bagaimana baiknya supaya Beliau mau melihat VCD? Kalau diskusi ttg Dhamma, Beliau cukup antusias untuk mendengarkannya dari anak-anaknya.

6. Apa hubungan antara Sang Buddha dengan Dewi Kwan Im, Dewa Kwan Kong, Se Pak Lo Han (18 Dewa), Dewa Langit, Dewa Bumi, Dewa Neraka, dll?

Apakah Dewa-Dewi tersebut yang berada di Surga Catumharajika?

Terima kasih atas waktu yang telah Bhante luangkan untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan saya selama ini.

Jawaban:

1. Memiliki kebiasaan membaca paritta adalah merupakan kebiasaan yang baik untuk seorang umat Buddha. Membaca paritta adalah sama dengan mengulang kotbah Sang Buddha. Oleh karena itu, semakin sering orang membaca paritta dan dapat mengerti artinya, maka semakin baik pula hendaknya ia dalam berperilaku.

Adapun susunan paritta yang dapat dibaca setiap hari adalah seperti yang terdapat dalam tuntunan Kebaktian Umum pada buku PARITTA SUCI yang dijadikan buku pegangan dalam upacara ritual di vihara binaan Sangha Theravada Indonesia.

Sedangkan, irama pembacaan paritta ini dapat didownload dan didengarkan dari Samaggi Phala, MULTIMEDIA.

Adapun susunan paritta untuk kebaktian umum tersebut adalah:

- a. Namakara Gatha
- b. Puja Gatha
- c. Vandana
- d. Tisarana
- e. Pancasila
- f. Buddhanussati
- g. Dhammanussati
- h. Sanghanussati
- i. Saccakiriya Gatha
- j. Manggala Sutta, dan / atau
- k. Karaniyametta Sutta
- l. Brahmaviharapharana
- m. Abhinhapaccavekkhana
- n. Meditasi sekitar 15 menit atau lebih
- o. Ettavatta
- p. Namakara Gatha

2. Seperti yang telah diuraikan pada jawaban no 1 di atas, dengan sering membaca paritta dan merenungkan artinya, maka seorang umat Buddha diharapkan akan dapat meningkatkan kualitas hidupnya agar sesuai dengan Buddha Dhamma. Karaniyametta Sutta dan Sumangala Gatha II serta berbagai paritta yang lain adalah merupakan

tuntunan Dhamma untuk mengembangkan berbagai kebajikan dalam hidup. Oleh karena itu, sungguh baik sering membaca berbagai paritta ini bukan hanya pada waktu tertentu saja. Dengan sering membaca paritta, maka seorang umat Buddha akan mempunyai kesempatan untuk menambah kebajikan melalui ucapan, perbuatan serta pikirannya.

3. Untuk membantu sanak keluarga yang telah meninggal, pada prinsipnya seorang umat Buddha hendaknya mengembangkan kebajikan melalui ucapan, perbuatan dan pikirannya kemudian dilimpahkan jasanya kepada almarhum. Membaca paritta apapun juga adalah merupakan kebajikan yang dapat dilimpahkan jasanya kepada almarhum. Oleh karena itu, paritta yang dibaca tidak perlu dibatasi hanya khusus dipergunakan untuk pelimpahan jasa saja. Tidak demikian. Segala paritta dapat dibaca, apalagi ditambah dengan melaksanakan berbagai kebajikan agar jasanya dapat dilimpahkan kepada almarhum. Kondisi inilah yang akan membuat almarhum berbahagia di kelahiran yang sekarang serta mengkondisikannya meninggal dari alam yang sekarang untuk terlahir kembali di alam yang lebih baik.

4. Melakukan perbuatan baik dan dilimpahkan jasanya memang sangat baik apabila dilakukan SETIAP HARI. Dengan demikian, setiap hari umat melakukan kebajikan dalam berbagai bentuk dan sekaligus melimpahkan jasa kebajikannya kepada almarhum. Ini adalah merupakan kebiasaan yang sangat baik untuk dilakukan secara rutin dan dalam waktu yang lama. Dengan demikian, timbunan kebajikan ini akan memberikan kebahagiaan untuk si pelaku dan juga untuk almarhum serta semua mahluk yang berada disekitarnya.

5. Pada prinsipnya, mengenalkan Dhamma hendaknya melalui berbagai kegiatan yang khususnya disenangi oleh orang yang akan dikenalkan dengan Dhamma. Jadi, kalau beliau senang berdiskusi Dhamma, maka sering ajak beliau untuk berdiskusi Dhamma. Juga, perdengarkan atau mainkan VCD diskusi Dhamma yang dapat diperoleh dari berbagai bursa vihara terdekat. Dengan demikian, beliau akan dapat belajar dan melaksanakan Buddha Dhamma secara bertahap dalam kehidupan ini.

6. Apabila membaca riwayat hidup Sang Buddha maka dapat diketahui bahwa Beliau berasal dari India. Memang, Beliau dalam berbagai uraian DhammaNya menceritakan tentang para dewa sebagai penghuni surga. Namun, nama-nama dewa yang disebutkan dalam pertanyaan adalah merupakan para dewa dari Tiongkok yang tampaknya tidak dibicarakan oleh Sang Buddha pada waktu Beliau masih hidup. Dengan demikian, mungkin hubungan para dewa dengan Sang Buddha itu dimunculkan dari berbagai kisah yang ada setelah Sang Buddha wafat. Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat.

Salam metta,
B. Uttamo

29. Dari: **Louisa**, Tangerang
Namo Buddhaya,

Bhante, saya ingin bertanya apakah membaca cerita-cerita Buddhis juga termasuk berbuat baik?

Terima kasih atas jawaban dari Bhante.

Jawaban:

Membaca cerita Buddhis memang dapat dikatakan sebagai perbuatan baik karena selama membaca cerita Buddhis itu, pikiran si pembaca selalu diarahkan pada perenungan akan kebajikan. Namun, akan menjadi lebih baik lagi kalau setelah membaca banyak cerita Buddhis itu ia juga melaksanakan berbagai perilaku baik seperti yang telah dibacanya. Dengan demikian, cerita Buddhis itu dapat menjadi pedoman hidup si pembaca untuk mengembangkan kebajikan melalui ucapan, perbuatan serta pikiran dalam kehidupan sehari-harinya.

Semoga jawaban ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

30. Dari: **JON**, Jakarta

Namo Buddhaya Bhante,

Bhante saya mau tanya, kenapa saya setiap bicara sama teman sebelum teman ngomong saya sudah tau apa yg mau di bicarakan dan selalu pas dengan apa yg teman saya pikirkan. Saya kadang - kadang juga tau kejadian yang akan terjadi 1 atau 2 hari bahkan lebih dari itu.

1. Apakah itu kekuatan dari meditasi krn saya sering meditasi atau ada kekuatan lain yg membantu ?

2. Bagaimana mengembangkannya ?

3. Sebagai seorang Buddhis tujuan kita bermeditasi adalah mencapai ketenangan.

Selain meditasi samata yang dapat menimbulkan kekuatan batin, apakah dng melatih meditasi metta bhavana juga bisa menimbulkan kemampuan batin?

Mohon penjelasan Bhante.

Jawaban:

Ada beberapa penyebab timbulnya kemampuan seseorang untuk mengetahui terlebih dahulu sebelum suatu peristiwa terjadi.

Paling tidak ada dua penyebab timbulnya kemampuan tersebut yaitu:

Pertama, kemampuan tersebut diperoleh dari hasil meditasi konsentrasi. Orang yang mengembangkan meditasi konsentrasi serta didukung oleh karma lampau yang kuat, kemungkinan besar ia akan memiliki kemampuan menembus dimensi waktu tersebut. Kedua, kemampuan menembus dimensi waktu itu ada kemungkinan mendapatkan bantuan dari kekuatan makhluk lain yang memberikan semacam informasi mengenai peristiwa di masa yang akan datang. Bentuk informasi ini ada yang hanya merupakan kilasan atau ringkasan suatu peristiwa yang akan terjadi, ada juga yang bersifat keterangan mendetail akan suatu peristiwa di masa yang akan datang. Sarana komunikasi yang dipergunakan dapat berupa bisikan maupun kesurupan.

Jika kemampuan menembus dimensi waktu itu berasal dari hasil meditasi, maka untuk dapat mengembangkan kemampuan ini hendaknya orang meningkatkan kualitas konsentrasi dalam bermeditasi dan juga memperbanyak melatih dan mengasah diri. Meningkatkan kualitas konsentrasi dapat dilakukan dengan menambah waktu bermeditasi setiap harinya. Ada baiknya, ia belajar dengan tekun di bawah seorang pembimbing meditasi yang memungkinkan untuknya meningkatkan konsentrasi serta mengasah kemampuan batinnya tersebut.

Sedangkan latihan mengasah kemampuan yang ada dilakukan dengan cara sering berusaha mengungkapkan melalui kata-kata atau tulisan tentang berbagai pikiran yang dirasakan timbul dari bawah sadar. Setelah beberapa hari kemudian, berbagai kata itu akan dapat dibuktikan kebenaran atau kekeliruannya. Dengan melalui berbagai tingkat evaluasi, nantinya akan dapat dibedakan antara pikiran yang timbul berdasarkan logika atau pikiran sendiri dengan pikiran yang memang timbul sebagai cerminan kemampuan 'melihat' kejadian yang akan datang. Apabila perbedaan ini telah dapat dirasakan dengan jelas, maka dalam kehidupan sehari-hari ia akan dapat memastikan hal yang dikatakan adalah benar-benar tentang pandangan batinnya mengenai kejadian di masa depan.

Meditasi metta atau cinta kasih adalah termasuk meditasi konsentrasi yang dapat dipergunakan untuk meningkatkan kemampuan batin seseorang. Meditasi Buddha pada awalnya memang dipergunakan untuk mencapai ketenangan dan konsentrasi pikiran. Namun, keadaan itu bukanlah menjadi tujuan akhir. Kondisi pikiran seperti itu adalah sebagai dasar untuk ditingkatkan pada latihan menyadari segala sesuatu yang dilakukan, diucapkan serta dipikirkan. Jadi, seorang umat Buddha diarahkan untuk selalu sadar SETIAP SAAT akan segala perbuatan dan pikirannya. Dengan melatih kesadaran sepanjang waktu, secara bertahap ketamakan, kebencian dan kegelapan batinnya akan berkurang. Ia akan terbebas dari kegelisahan, iri hati serta berbagai rasa permusuhan. Batinnya menjadi tenang dan damai. Kehidupannya menjadi bahagia.

Apabila ia terlahir kembali, ia akan terkondisi untuk lahir di alam bahagia. Lebih jauh lagi, dengan melatih kesadaran setiap saat ia bahkan mempunyai kesempatan untuk mencapai kesucian atau Nibbana dalam kehidupan ini maupun kehidupan yang selanjutnya.

Semoga keterangan ini bermanfaat.

Salam metta,

B. Uttamo

31. Dari: **Chien**, Medan

Apa arti agama itu?

Apa benar agama dapat menentramkan hati?

Mengapa Agama Buddha mengharuskan kita untuk bermeditasi?

Terima kasih

Jawaban:

Istilah 'agama' adalah berasal dari bahasa Sanskerta yang artinya 'keranjang'.

Istilah 'agama' ini setara dengan istilah 'Nikaya' dalam bahasa Pali. Dalam Sutta Pitaka dikenal berisikan lima bagian atau Nikaya yaitu Digha Nikaya, Majjhima Nikaya, Samyutta Nikaya, Anguttara Nikaya dan Khuddaka Nikaya.

Sedangkan dalam pengertian sehari-hari, istilah 'agama' khususnya bila dibicarakan tentang Agama Buddha bermakna Ajaran Sang Buddha yang berisikan sistematika Pelaksanaan Jalan Mulia Berunsur Delapan ditambah dengan berbagai tradisi yang berkembang dalam masyarakat tempat Ajaran Sang Buddha tersebut dilaksanakan.

Adapun ketentraman sebenarnya bukan hanya ditimbulkan dari keberadaan suatu agama, melainkan dari cara berpikir seseorang yang benar terhadap kenyataan hidupnya. Seseorang akan menjadi tentram batinnya apabila ia selalu dapat mengendalikan keinginannya agar sesuai dengan kenyataan hid up. Semakin besar jarak antara keinginan dan kenyataan, semakin gelisah pula batin orang yang mengalaminya.

Untuk mendapatkan ketrampilan mengubah keinginan tersebut, agama Buddha memberikan sistematika berpikir yang mengkondisikan timbulnya ketentraman dalam diri pemeluknya. Namun, agama Buddha hanyalah sebagai pedoman, sehingga umat Buddha sendiri lah yang seharusnya melaksanakannya dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, agama Buddha hanyalah sebuah rakit yang harus dipergunakan untuk mencapai kebahagiaan.

Sebaliknya, apabila setelah mengikuti agama Buddha, seseorang justru merasakan kegelisahan dan ketidaktentraman dalam hidupnya, timbul iri hati, kemarahan dslb., maka semua ini terjadi bukan karena kesalahan agama yang dianutnya, melainkan CARA KELIRU seseorang dalam memandang dan mengartikan agama yang dianutnya.

Seperti yang telah disampaikan di atas, bahwa Agama Buddha berisikan sistematika pelaksanaan Jalan Mulia Berunsur Delapan, dan salah satu dari kedelapan unsur itu adalah meditasi. Meditasi adalah usaha seseorang untuk mengenali dan mengamati cara berpikirnya sendiri. Dengan pengamatan yang tekun maka seseorang akan dapat menyadari bahwa sumber ketidaktentraman itu adalah dari pikirannya sendiri. Pikiran mempunyai keinginan yang tidak sesuai dengan kenyataan. Apabila ia telah menyadari hal ini, ia akan memperbaiki dan menyesuaikan keinginannya dengan kenyataan. Keberhasilan usahanya ini akan menimbulkan kedamaian, ketenangan dan ketentraman. Oleh karena itu, meditasi benar sesuai dengan Jalan Mulia Berunsur Delapan tidak bisa dilepaskan dari jalan hidup seorang umat Buddha. Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta.

B. Uttamo

32. Dari: **Lily**, Surabaya

Namo Buddhaya,

Bhante ada yang ingin saya tanyakan...

1. Apakah tiap orang yang beragama Buddha harus memiliki nama Buddhis?
2. Bagaimana cara mendapatkan nama Buddhis tersebut sehingga nama Buddhis itu

sesuai bagi yang ingin memilikinya dan apa yang harus dilakukan sehingga seseorang bisa mendapatkan nama Buddhis?

Demikian pertanyaan dari saya.

Anumodana atas jawaban Bhante.

Jawaban:

1. Seseorang disebut beragama Buddha apabila ia telah melaksanakan Ajaran Sang Buddha dalam kehidupan sehari-harinya. Ia dapat bertindak, berbicara serta berpikir sesuai dengan Dhamma yaitu demi kebahagiaan semua makhluk.

Memiliki nama Buddhis bukan menjamin perilaku yang baik dan sesuai dengan Ajaran Sang Buddha. Oleh karena itu, bukan merupakan keharusan seorang umat Buddha memiliki nama Buddhis.

Namun, dengan mempunyai nama Buddhis, seorang umat Buddha akan terdorong untuk memperbaiki perilakunya agar sesuai dengan nama Buddhis yang dipakainya. Misalnya ia memiliki nama Buddhis 'Silavati' yang artinya kurang lebih sebagai seorang wanita yang mempunyai kemoralan, maka dalam hidupnya ia akan selalu berusaha mengembangkan kemoralan agar dapat selaras dengan namanya itu.

2. Untuk mendapatkan nama Buddhis, seorang umat Buddha dapat memilih sendiri nama Buddhis yang hendak dipakainya ataupun melalui upacara visudhi upasaka-upasika terlebih dahulu.

Apabila ingin memilih nama Buddhis sendiri, silahkan mencari di berbagai buku nama Buddhis yang ada di berbagai vihara terdekat dan pilih salah satu nama di antaranya yang paling sesuai artinya untuk dipakai sendiri. Umat juga dapat melihat alternatif NAMA-NAMA BUDDHIS yang terdapat pada Samaggi Phala, Naskah Dhamma.

Selain memilih nama Buddhis sendiri seperti yang telah disampaikan di atas, umat Buddha dapat pula mengikuti upacara visudhi upasaka-upasika yang diselenggarakan secara berkala di berbagai vihara. Untuk itu, tentu umat yang berminat harus bertanya kepada para pengurus vihara setempat tentang waktu penyelenggaraan dan berbagai persyaratan untuk mengikuti upacara tersebut. Biasanya selesai upacara visudhi upasaka-upasika yang dipimpin oleh seorang bhikkhu, para upasaka-upasika baru akan mendapatkan nama Buddhis sebagai pedoman hidup agar berperilaku sesuai dengan Ajaran Sang Buddha.

Semoga jawaban ini dapat memberikan manfaat.

Salam metta,

B. Uttamo

33. Dari: **Ming**, Jakarta

Namo Buddhaya, Bhante

Mohon maaf apabila pertanyaan saya sedikit "lain".

Apakah Bhante pernah menuliskan otobiografi Bhante sendiri? Saya tertarik untuk mengetahui alasan seseorang meninggalkan keduniawian dan menjalani kehidupan sebagai bhikkhu. Atau mungkin Bhante bisa bercerita sedikit tentang kehidupan Bhante sebelum menjadi bhikkhu agar bisa menjadi inspirasi bagi umat.

Sekali lagi mohon maaf, Bhante atas pertanyaan yg kurang sopan ini.
Terimakasih, Bhante.

Jawaban:

Untuk sementara ini autobiografi masih belum tertulis dengan lengkap dan baik. Bisa saja, di masa depan apabila segala sesuatunya memungkinkan, autobiografi tersebut akan disusun kembali.

Meskipun belum ada autobiografi tersebut, namun alasan untuk meninggalkan keduniawian dan menjadi bhikkhu tentunya dapat diuraikan secara singkat di sini agar dapat memberikan sedikit inspirasi positif untuk para umat Buddha.

Pada dasarnya keinginan untuk menjadi bhikkhu itu timbul setelah hampir dua tahun saya mengenal dan mempelajari Ajaran Sang Buddha. Pada saat itu, saya merasakan bahwa jalan hidup yang paling SESUAI UNTUK SAYA adalah menjadi seorang bhikkhu. Hal ini karena mengingat latar belakang pengalaman saya yang sejak kecil sudah menyenangi latihan meditasi, berpuasa maupun berdiskusi tentang berbagai filsafat kehidupan. Padahal, pada waktu itu saya masih belum mengenal Buddha Dhamma sama sekali.

Jadi, secara singkat dorongan untuk menjadi bhikkhu tersebut adalah karena KECOCOKAN. Setiap umat Buddha tentu memiliki kecocokannya masing-masing dalam memilih dan menentukan jalan hidupnya. Namun, dapat terjadi persamaan antara jalan hidup sebagai seorang bhikkhu dan seorang umat Buddha yang melaksanakan Buddha Dhamma dengan sungguh-sungguh dalam masyarakat yaitu PELEPASAN.

Konsep 'pelepasan' dalam Ajaran Sang Buddha hendaknya tidak hanya diterima sebagai pelepasan keduniawian dengan menjadi seorang bhikhu saja. Bukan sesederhana seperti itu. Ajaran tentang pelepasan ini juga dapat dilaksanakan dengan baik oleh para perumah tangga biasa. Pelepasan dengan menjadi seorang bhikkhu adalah pelepasan nyata, namun ada juga pelepasan simbolik yang dapat dilakukan oleh seorang perumah tangga.

Seorang bhikkhu adalah orang yang telah melepaskan kehidupan berkeluarga, harta dan segala sesuatu miliknya. Seorang perumah tangga juga dapat melakukan pelepasan seperti ini. Namun, ia tidak harus hidup menyendiri di pojok kota atau melupakan sanak keluarganya. Ia dapat tetap berumah tangga. Ia juga boleh menjadi orang yang kaya raya. Namun, ia harus SELALU SIAP berpisah dengan segala yang dicinta dan bertemu dengan segala yang dibenci.

Ia harus siap melepaskan semua jabatan yang ada ketika waktunya telah tiba. Ia harus siap berpisah dengan keluarganya ketika kondisi berkumpul sudah tidak ada lagi. Ia juga siap berjumpa dengan segala yang tidak menyenangkan dirinya maupun keluarganya.

Ia harus selalu siap bertemu dengan suka-duka, untung-rugi, dipuji-dicela, mendapat pangkat serta dipecat. Semua itu adalah hakekat dunia yang harus dijalaninya dengan batin yang tenang seimbang.

Ketika ia telah memiliki kesiapan menghadapi segala perubahan dunia tersebut, maka sesungguhnya ia telah melakukan pelepasan walaupun ia masih tinggal dalam

keluarga dan masyarakat. Batinnya akan menjadi tenang dan bahagia selalu. Inilah salah satu tujuan pelaksanaan Buddha Dhamma dalam kehidupan sehari-hari. Semoga keterangan di atas ini dapat dijadikan inspirasi dalam menjalani 'pelepasan' dalam kehidupan sehari-hari sebagai perumah tangga.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

34. Dari: **Soetrisno**, Yogyakarta.

Bhante,

Bagaimana cara latihan berdana yang baik.

1. Misalkan di perempatan jalan banyak orang minta2 / ngamen, kita tak tau apakah mereka betul2 orang tak mampu / profesi.

2. Berdana kepada Sangha adalah yang tertinggi.

Bagaimana kaitannya dengan lingkungan di sekitar daerah yg sangat miskin yang untuk menghidupi diri / keluarganya saja masih susah.

Mohon dijelaskan.

Terimakasih.

Jawaban:

Berdana atau kerelaan dalam pengertian Buddhis tidak harus memberikan benda atau materi. Kalaupun orang melakukan kerelaan dengan memberikan materi, maka bentuk dan besar materi yang diberikan juga tidak ditentukan dalam kitab suci Tipitaka. Dengan demikian, semua bentuk kerelaan itu haruslah disesuaikan dengan kemampuan yang dimiliki setiap orang.

Apabila ada orang yang masih mengalami kesulitan untuk menghidupi keluarganya sendiri namun ia ingin melakukan kerelaan, maka ia mempunyai beberapa pilihan. Pertama, ia dapat memberikan sedikit uang kepada pengemis atau pengamen yang ditemuinya. Pada saat memberikan uang kepada pengemis, hendaknya ia tidak lagi berpikir tentang kondisi pengemis yang tidak mampu atau hanya merupakan profesi. Pikiran ini akan mengurangi nilai kebajikan yang sedang dilakukan. Lebih baik, ia memutuskan secara tegas untuk memberi kepada pengemis itu atau ia tidak akan memberinya tanpa harus memperhatikan latar belakang si pengemis tersebut. Apabila ia masih mengalami kesulitan untuk memberikan sedikit uang kepada pengemis itu, maka ia dapat pula memberikan sebagian makanan yang ada di rumahnya.

Namun, bila pemberian makanan inipun juga memberatkannya, ia boleh juga untuk tidak memberi apaun kepada pengemis itu. Tidak memberikan dana seperti dalam kasus ini, dipandang secara Dhamma bukanlah karma buruk melainkan ia telah HILANG KESEMPATAN BERBUAT BAIK.

Kedua, apabila ia ingin memberikan dana kepada Sangha, maka ia dapat mempersembahkan kebutuhan pokok sangha yaitu pakaian, tempat tinggal, makanan serta obat-obatan. Persembahan ini hendaknya juga disesuaikan dengan kemampuannya. Ia boleh saja memberikan sebatang jarum untuk menjahit jubah. Ia

boleh juga meminjamkan ruangan di rumahnya untuk anggota sangha beristirahat sejenak di tengah perjalanan memabarkan Dhamma ke berbagai tempat. Ia bahkan boleh juga membantu memijat badan anggota sangha yang sedang sakit. Dengan demikian, cukup banyak kesempatan yang dapat dilakukannya dalam memberikan persembahan kepada sangha. Semua persembahan ini tidak tergantung pada materi yang dimiliki, melainkan dari kemauan yang ada dalam dirinya.

Sesungguhnya latihan berdana atau kerelaan yang bersifat materi ini adalah merupakan latihan awal. Ada lagi latihan berdana yang lebih tinggi yaitu 'berdana keakuan'. Dana keakuan ini bisa berbentuk kemauan seseorang untuk dapat memaafkan orang yang telah bersalah kepadanya. Dengan demikian, walaupun seseorang dapat berdana materi dalam jumlah yang cukup besar, selama ia masih belum dapat memaafkan musuh atau orang yang dibencinya, maka dana yang dipersembahkannya adalah dana yang masih bersifat materi serta masih merupakan dana tingkat awal. Meskipun demikian, ia dapat terus membiasakan diri untuk memberikan dana materi sebagai langkah awal memberikan keakuannya.

Semoga dengan penjelasan ini akan dapat dimengerti tentang makna dana yang bersifat materi maupun dana yang bersifat bukan materi.

Semoga bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

35. Dari: **Ian S.W.**, Jakarta

Ada orang yang mempunyai keinginan materiil dan untuk mengejar keinginan tsb dia berusaha lebih giat untuk meningkatkan pendapatannya demi memenuhi keinginan tsb.,

Ada orang yang menyesuaikan keinginannya berdasarkan apa yang dia peroleh, disamping giat untuk meningkatkan pendapatannya.

Menurut ajaran Budha Dhamma, mana yang benar ?

Jawaban:

Adalah merupakan hal yang wajar apabila seseorang memiliki keinginan dalam kehidupan ini. Sedangkan usaha untuk mencapai ataupun mewujudkan keinginan itu ada beberapa cara. Cara pertama adalah berjuang semaksimal mungkin untuk mencapai keinginan tersebut. Cara kedua adalah dengan selalu menyesuaikan keinginan berdasarkan kenyataan yang diperolehnya.

Buddha Dhamma melihat segala sesuatu dari pandangan Jalan Tengah.

Seseorang boleh saja mempunyai keinginan dan memperjuangkan keinginan tersebut secara maksimal. Apabila kemudian ia dapat mencapainya, maka itulah yang disebut sebagai 'keberhasilan'.

Sebaliknya, kalau setelah berjuang keras ternyata ia tidak dapat mencapai tujuannya, maka hendaknya ia mampu menyesuaikan keinginan dengan kenyataan yang telah diperolehnya. Kemampuan untuk menyesuaikan diri antara keinginan dengan kenyataan ini akan menjadikan batinnya lebih tenang. Setelah ia mampu menerima kegagalan sebagai kenyataan, maka hendaknya ia melakukan evaluasi agar dapat

meningkatkan kualitas hidup dan usahanya di masa depan.

Jadi, apabila ia hanya berusaha terus menerus mengejar tujuan yang akan dicapainya, maka besar kemungkinan ia tidak akan mempunyai kesempatan untuk memperbaiki kualitas dirinya sendiri. Ia bahkan berpotensi mengalami kekecewaan yang mendalam apabila tujuan tersebut tidak dapat tercapai.

Sebaliknya apabila ia hanya menyesuaikan terus menerus antara keinginan dengan kenyataan yang sedang dihadapi tanpa melakukan evaluasi atas segala usaha yang telah dilakukan, maka ia tidak akan mendapatkan kemajuan dalam hidup.

Oleh karena itu, seorang umat Buddha hendaknya bersikap bijaksana untuk menentukan sikap yang harus diambil. Ia harus dapat memilih saat yang sesuai serta menentukan sikap untuk mengembangkan usaha dengan menyesuaikan keinginan terhadap kenyataan agar dapat sejenak melakukan evaluasi demi kemajuan di masa depan.

Semoga keterangan ini dapat bermanfaat.

Salam metta,

B. Uttamo

36. Dari: **Melisa**, Jakarta

Namo Buddhaya Bhante,

Saya mau tanya, apakah kalau kita berbuat kebajikan / berdana atas nama orang tua kita, tapi sesungguhnya orangtua kita sendiri tidak mengetahuinya, apakah mereka akan terima karma baiknya dikehidupannya yang akan datang ?

Pasalnya, orangtua saya tidak pernah mendengarkan Dhamma, hanya secara tradisi saja, sehingga banyak pengertian yang keliru secara Dhamma, namun bila dijelaskan agak sulit bagi orangtua untuk bisa terima.

Tapi saya ingin mereka juga mempunyai karma baik sebagai bekal mereka di kehidupan yang akan datang.

Anumodana atas jawaban Bhante.

Jawaban:

Sebagai seorang umat Buddha adalah merupakan perbuatan yang mulia apabila ia dapat melakukan kebajikan dan ia juga berkenan melimpahkan jasanya kepada makhluk lain, apalagi kepada orangtuanya sendiri.

Sebenarnya dalam Buddha Dhamma pelimpahan jasa ini hanya berlaku untuk sanak keluarga yang sudah meninggal. Namun, secara tradisi banyak juga umat Buddha yang berusaha melimpahkan jasa kebajikan yang telah dilakukan kepada mereka yang masih hidup. Mereka mengucapkan tekad setelah melakukan kebajikan dengan mengucapkan dalam hati: "Semoga dengan kebajikan yang telah dilakukan sampai saat ini akan dapat membuahkan kebahagiaan kepada SAYA dalam bentuk orangtua mendapatkan kebahagiaan di kelahiran yang sekarang maupun yang akan datang." Dengan sering melakukan kebajikan dan pelimpahan jasa ini semoga niat baik yang dimiliki akan dapat diwujudkan.

Semoga kondisi ini akan dapat membuahkan kebahagiaan untuk orangtua sesuai dengan karma baik yang dimilikinya.

Memang idealnya, orangtua dapat langsung mengenal Dhamma dan juga mereka mempunyai keinginan sendiri untuk mengembangkan kebajikan. Namun, kalau hal itu sulit dicapai, cobalah untuk mencari orang yang nasehat atau sarannya di dengar orangtua. Mintalah kepadanya untuk membantu memberikan pengertian kepada orangtua.

Kondisikan pula agar orangtua dapat mendengarkan Dhamma dengan mengadakan puja bakti anjangsana di rumah ataupun sering mendengarkan kaset ceramah Dhamma di ruang keluarga. Dengan demikian, sedikit demi sedikit orangtua akan dapat mengenal dan mungkin terdorong untuk melaksanakan Buddha Dhamma. Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

37. Dari: **Guntur Kurniawan**, Aliso viejo, US

Namo Buddhaya,

Bhante, saya diberi tugas oleh dosen untuk menerangkan arti dan makna patung "eleven-headed Avalokiteshvara, Tibet, 19th century".

Saya mohon bantuan dari Bhante.

1. Mengapa si pembuat patung ini membuat tangan Avalokiteshvara menjadi 1000 buah?
2. Mengapa si pembuat patung juga mengolah kepala Avalokiteshvara menjadi 11 buah?
3. Untuk apakah patung ini dibuat pada masa itu (abad 19-20)?
4. Apakah makna sebenarnya dari patung ini?

Berikut adalah situs yang memuat gambar patung tersebut:

<http://www.asianart.com/exhibitions/bowers/6.html>

Sebelumnya saya ucapkan banyak terima kasih atas bantuannya.

Jawaban:

Sesungguhnya untuk mendapatkan jawaban yang jelas dan benar seputar makna serta tujuan pembuatan arca Avalokiteshvara berkepala sebelas, bertangan dan bermata seribu ini seharusnya ditanyakan kepada para pemuka Agama Buddha dengan tradisi Tibet.

Namun, agar tidak mengecewakan, saya akan mencoba menguraikan sedikit yang saya ketahui tentang arca yang dibuat sekitar abad ke 19 Masehi dan sering disebut sebagai "Ekadasamukha Avalokiteshvara".

Avalokiteshvara atau disebut juga sebagai 'Che nrezi' oleh orang Tibetan adalah bodhisattva yang penuh cinta kasih. Bodhisattva ini menjadi tokoh yang sangat penting dalam Agama Buddha aliran Tibet. Secara harafiah, nama ini berarti "Sang Agung yang dengan penuh welas asih memandang dunia". Bodhisattva ini adalah bodhisattva utama dari Jina Buddha Amitabha yang memimpin kalpa atau masa

sekarang ini. Hubungan Avalokiteshvara dengan Amitabha yang kesemuanya mempunyai kemampuan untuk menolong umat manusia yang sedang dalam kesulitan menjadikannya salah satu Bodhisattva yang sangat terkenal dan dipuja oleh umat Buddha di Tibet. Bagaimanapun juga sebagai perwujudan cinta kasih dari semua Buddha, Avalokiteshvara juga memiliki peranan penting dalam Tantric Buddhism. Meskipun berbusana sebagai pangeran India dan memakai perlengkapan sebagai seorang Bodhisattva, dalam beberapa kondisi Avalokiteshvara adalah sebagai Buddha yang telah mencapai kesempurnaan. Sebagai pujaan pokok dalam bermeditasi di berbagai aliran Tantra, Avalokiteshvara dianggap sebagai ariya, peran utama dan juga menjadi sumber timbulnya semua pujaan yang lain.

Ada salah satu penggambaran Bodhisattva Avalokiteshvara yang berwujud agung serta gagah dengan sebelas muka, seribu mata dan seribu tangan. Bodhisattva ini dihormati dalam doa di Tibet yang bila diartikan adalah: "Avalokiteshvara yang suci, yang memiliki seribu tangan dari seribu raja dunia, seribu mata dari seribu Buddha yang ada di jaman baik ini. Beliau mampu mewujudkan dirinya sebagai apapun juga agar sesuai untuk membimbing siapapun yang memerlukannya.

Ada beberapa versi legenda yang menerangkan tentang sebelas kepala ini. Namun, kesemuanya itu dapat disimpulkan sebagai berikut:

Avalokiteshvara yang penuh cinta kasih masuk ke dalam neraka untuk mengajar mereka yang jahat menjadi baik, membebaskan mereka dari neraka dan memimpin mereka menuju ke Sukhavati yaitu surga Sang Bapa Spiritualnya, Amitabha.

Beliau kemudian mengetahui serta mencemaskan bahwa untuk setiap makhluk yang telah diajarkan kebajikan dan dibebaskan dari neraka itu ternyata tempatnya di neraka langsung digantikan oleh makhluk yang lain. Dengan kecemasan, kesedihan serta keputusannya menyaksikan sedemikian besar kejahatan yang ada di dunia ini serta ketidakmampuannya untuk menolong semua umat manusia, kepala Sang Bodhisattva kemudian terbelah menjadi sepuluh bagian. Amitabha menjadikan setiap bagian dari kepala itu menjadi sebuah kepala yang baru dan kesepuluh kepala itu ditempatkan pada badan Sang Anak Spiritual, Avalokiteshvara. Sembilan kepala mempunyai wajah yang ramah dan digambarkan dalam tiga deretan, kepala yang ke sepuluh digambarkan dengan wajah marah sedangkan kepala yang paling atas adalah kepala milik Amitabha.

Semua kepala kecuali milik Amitabha mengenakan mahkota. Namun, apabila ketiga deret kepala itu mengenakan mahkota bunga, maka kepala dengan wajah yang menunjukkan kemarahan tersebut mengenakan mahkota tengkorak.

Dalam pengertian simbolis, kedelapan kepala melambangkan arah mata angin dan ketiga lainnya diartikan sebagai atas, tengah dan bawah.

Ada pula yang mengartikan bahwa kesepuluh kepala melambangkan dasabumi atau sepuluh tingkat pencapaian kesucian. Sedangkan karena kepala ke sebelas milik Amitabha terletak di atas sepuluh kepala yang lain maka hal itu melambangkan Avalokiteshvara dianggap telah mencapai kesucian dan kesempurnaan.

Amitabha kemudian berkata kepada Avalokitesvara bahwa ia masih mempunyai jalan lain untuk mencapai tujuannya. Mahakala yang merupakan faktor kemarahan Avalokitesvara dapat dipergunakan untuk melawan kekuatan negatif dengan cinta kasih dan menghancurkan segala rintangan yang ada pada Jalan untuk mencapai kebenaran, dengan demikian ia akan dapat menolong semua makhluk hidup agar mencapai pencerahan. Kepala ke sepuluh itulah Mahakala.

Sebagai tambahan, Avalokitesvara kemudian diberi seribu tangan yang membentuk sebuah mandala di sekitar badannya dan ini melambangkan kemampuannya untuk menolong semua makhluk. Pada setiap telapak tangan ditandai dengan sebuah mata yaitu 'mata cinta kasih' untuk melihat penderitaan semua makhluk hidup.

Dua tangan yang berada di tengah memegang secara tersembunyi sebutir permata yang dapat memenuhi semua permintaan atau sering juga diartikan sebagai permata pencerahan. Dengan gemar berbakti kepada Avalokitesvara, maka permata ini akan dapat dilihat oleh mereka yang telah mencapai tujuan akhir seorang umat Buddha. Satu tangan kanan yang utama memegang sebuah roda atau cakera untuk menggambarkan Roda Dhamma dan juga diartikan penggabungan ajaran spiritual dan pengaruh kebajikan.

Tangan kanan lainnya diangkat dan memegang sebuah tasbih yang dipergunakan untuk membaca mantra utama Avalokitesvara yaitu: OM MA NI PAD ME HUM. Setiap suku kata dalam mantra ini melambangkan salah satu dari enam alam kelahiran kembali yaitu alam para dewa di surga, alam asura atau setan raksasa, alam manusia, alam binatang, alam setan kelaparan atau peta dan berbagai tingkat alam neraka. Dipercaya bahwa Avalokitesvara dapat muncul di salah satu alam tersebut untuk membantu mereka yang membutuhkannya.

Satu tangan kiri memegang busur dan anak panah yang menggambarkan perpaduan kebijaksanaan dan metoda untuk mencapainya yaitu dengan meditasi. Busur dan anak panah juga melambangkan persatuan antara kebijaksanaan dan konsentrasi.

Satu tangan kiri lainnya yang terangkat memegang sebatang teratai yang mekar sempurna sebagai lambang kesucian atau pencerahan yang dapat dicapai dengan pengembangan cinta kasih yang universal.

Tangan kanan sebelah bawah dalam mudra atau posisi memberikan berkah. Sebuah kundika atau tabung yang berisikan air kehidupan dibawa dengan tangan kiri yang di bawah.

Pembuatan arca ini menurut beberapa sumber disebutkan sebagai sarana menambah kebajikan untuk dilimpahkan jasanya kepada anggota keluarga yang telah meninggal dunia. Dengan melakukan pelimpahan jasa, umat Buddha di Tibet mengharapkan agar anggota keluarganya yang telah meninggal dapat terlahir di alam yang lebih baik.

Orang Tibet meyakini bahwa Avalokitesvara akan dapat melihat semua penderitaan serta mengurangi semua bentuk kesakitan. Mereka juga mempercayai bahwa Dalai Lama adalah perwujudan nyata dari bodhistva yang memiliki cinta kasih tanpa batas kepada semua makhluk tersebut.

Demikianlah yang dapat diterangkan di sini. Semoga jawaban ini dapat memberikan

sedikit gambaran tentang "Ekadasamukha Avalokiteshvara"

Semoga jawaban ini dapat dilengkapi oleh mereka yang jauh mengetahui tentang Agama Buddha aliran Tibet.

Semoga bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

38. Dari: **Dedy**, Gresik

Namo Buddhaya, Bhante.

Sebelumnya kembali saya ucapkan terima kasih atas saran Bhante tempo hari mengenai problem saya.

Karena baru-baru ini saya kembali menerima cicilan pembayaran untuk kedua kalinya atas piutang saya.

Semoga problem saya bisa tuntas dengan kebaikan kedua belah pihak.

Bhante, saya mempunyai kebiasaan setiap malam melakukan pembacaan Paritta Suci untuk tujuan pelimpahan jasa buat alm. bapa saya. Paritta suci saya baca dari halaman 66 (Aradhana devata) sampai seterusnya.

Apakah ini sudah benar atau perlu tambahan lagi?

Kalau setiap pagi saya selalu memasang hio di altar (foto) alm dan memancarkan cinta kasih kepada beliau dengan mengucapkan: "Semoga beliau berbahagia dan semoga semua makhluk ikut berbahagia."

Apakah itu sudah cukup atau tambahan lagi?

Jawaban:

Anumodana atas berbuahnya karma baik dalam bentuk memperoleh cicilan kedua.

Semoga dalam waktu yang relatif tidak lama lagi semua masalah piutang itu akan dapat diselesaikan dengan memberikan kebaikan dan kebahagiaan untuk semua pihak. Semoga demikianlah adanya.

Kebiasaan membaca paritta untuk seseorang yang telah meninggal adalah merupakan kebajikan yang dapat dilimpahkan jasanya kepada almarhum. Dengan pelimpahan jasa ini, almarhum di alam kehidupan yang sekarang apabila mengetahui maka ia akan merasakan bahagia. Kebahagiaan inilah yang mengkondisikannya melakukan karma baik melalui pikirannya. Semakin banyak keluarganya melakukan pelimpahan jasa, semakin banyak pula timbunan kebajikan yang almarhum lakukan melalui pikirannya. Sehingga apabila kondisinya memungkinkan, almarhum akan dapat terlahir kembali di alam yang lebih baik sesuai dengan kebajikan yang dimilikinya.

Pembacaan paritta untuk pelimpahan jasa dapat dilihat dan diikuti sesuai petunjuk yang ada dalam buku Paritta Suci halaman 17. Seperti diketahui bahwa buku Paritta Suci ini merupakan buku pegangan puja bakti di berbagai vihara binaan Sangha Theravada Indonesia.

Pada halaman 17 disebutkan urutan paritta untuk peringatan kematian yaitu:

01. Vandana
02. Tisarana
03. Buddhanussati
04. Dhammanussati
05. Sanghanussati
06. Saccakiriya Gatha
07. Karaniyametta Sutta
08. Ariyadhana Gatha
09. Samadhi
10. Ettavatta

Apabila menginginkan membaca paritta lebih banyak, tentunya tidak tertutup kemungkinan untuk membaca paritta kebahagiaan yang dimulai dari halaman 65 sampai selesai. Dengan memperbanyak paritta yang dibaca, hal ini akan mengkondisikan pemupukan karma baik yang lebih banyak pula. Oleh karena itu, silahkan pilih sendiri paritta yang dianggap se suai untuk kebutuhan yang telah ditentukan sebelumnya.

Adapun rutinitas pemasangan dupa serta mengucapkan tekad di altar almarhum dapat dilanjutkan. Kebiasaan ini adalah merupakan hal yang baik. Apabila ada waktu, boleh ditambah dengan sedikit paritta seperti susunan pada halaman 17 di atas. Namun, apabila waktu yang tersedia tidak terlalu banyak, cukup ucapkan dalam hati: "Semoga almarhum berbahagia. Semoga semua makhluk berbahagia" selama sekitar 15 menit. Semoga dengan kebajikan yang terus dilakukan ini akan membuahkan kebaikan dan kebahagiaan untuk diri sendiri maupun almarhum.

Semoga demikianlah adanya.

Salam metta,

B. Uttamo

39. Dari: **Kasmita Wijaya**, Jakarta

Namo Buddhaya.

Bhante... saya membeli cd yang berisi Mangala Sutta, Ratana Sutta dan Karaniyametta Sutta yang semuanya dalam bahasa Pali.

Yang ingin saya tanyakan apa isi dari masing-masing Sutta tersebut dan apa kegunaannya.

Apakah ada waktu-waktu tertentu untuk mendengarkan sutta tersebut?

Terima kasih Bhante atas kesediaannya menjawab pertanyaan saya.

Jawaban:

Anumodana atas niat baik Anda untuk mempunyai CD berisikan sutta yang terpilih tersebut.

Untuk mendengarkan sutta itu dapat dilakukan setiap saat. Bahkan, Anda juga dapat mengikuti irama dan suara yang didengar melalui CD player. Adapun buku yang memuat ketiga sutta itu adalah Paritta Suci yang menjadi buku pedoman puja bakti di vihara binaan Sangha Theravada Indonesia. Apabila Anda belum memiliki buku tersebut, silahkan datang ke vihara binaan Sangha Theravada Indonesia yang terdekat

untuk mendapatkannya. Biasanya, buku tersebut dapat dimiliki secara gratis.

Agar mendapatkan gambaran tentang arti sutta yang sering didengar tersebut, berikut ini akan dikutipkan terjemahan ketiga sutta yang ada pada buku Paritta Suci halaman 72, 77 dan 84.

Mangala Sutta atau Kotbah Sang Buddha tentang Berkah Utama
Sutta ini berisikan 38 jenis perbuatan baik yang dapat dikerjakan dalam kehidupan sehari-hari.

Dengan melaksanakan secara sungguh-sungguh, seseorang akan mendapatkan kebahagiaan dalam hidup.

Ia juga akan mendapatkan kebahagiaan setelah kehidupan ini yaitu terlahir di alam surga.

Bahkan, ia juga dapat memperoleh kondisi untuk mencapai tingkat kesucian atau Nibbana.

Oleh karena itu, selain mendengarkan irama dari CD, cobalah untuk menirukannya dan juga melaksanakannya.

Demikianlah telah kudengar:

Pada suatu ketika Sang Bhagava

Menetap di dekat Savatti

Di hutan Jeta di Vihara Anathapindika

Maka datanglah dewa,
ketika hari menjelang pagi,
dengan cahaya cemerlang
menerangi seluruh hutan Jeta.

Menghampiri Sang Bhagava dan
Menghormati Beliau,
Lalu berdiri di satu sisi.
Sambil berdiri di satu sisi,
Dewa itu berkata kepada Sang Bhagava
Dalam syair ini:

Banyak dewa dan manusia
Berselisih paham tentang Berkah
Yang diharap membawa keselamatan
Terangkanlah apakah Berkah Utama itu.

"Tak bergaul dengan orang yang tak bijaksana
Bergaul dengan mereka yang bijaksana
Menghormat pada mereka yang patut dihormat,
Itulah Berkah Utama.

Hidup di tempat yang sesuai
Berkat jasa-jasa dalam hidup yang lampau.

Menuntun diri ke arah yang benar,
Itulah Berkah Utama.

Memiliki pengetahuan dan ketrampilan,
Terlatih baik dalam tata susila,
Ramah tamah dalam ucapan,
Itulah Berkah Utama.

Membantu ayah dan ibu,
Menyokong anak dan istri,
Bekerja bebas dari pertentangan,
Itulah Berkah Utama.

Berdana dan hidup sesuai dengan Dhamma,
Menolong sanak keluarga,
Bekerja tanpa cela,
Itulah Berkah Utama.

Menjauhi, tak melakukan kejahatan,
Menghindari minuman keras,
Tekun melaksanakan Dhamma,
Itulah Berkah Utama.

Selalu hormat dan rendah hati,
Merasa puas dan berterima kasih,
Mendengarkan Dhamma pada saat yang sesuai,
Itulah Berkah Utama.

Sabar, rendah hati bila diperingatkan,
Mengunjungi para pertapa,
Membahas Dhamma pada saat yang sesuai,
Itulah Berkah Utama.

Berseangat menjalankan hidup suci,
Menembus Empat Kesunyataan Mulia,
Serta mencapai Nibbana,
Itulah Berkah Utama.

Meski tergoda oleh hal-hal duniawi,
Namun batin tak tergoyahkan,
Tiada susah, tanpa noda, penuh damai,
Itulah Berkah Utama.

Karena dengan mengusahakan hal-hal itu,
Manusia tak terkalahkan di manapun juga,
Serta berjalan aman ke mana juga,
Itulah Berkah Utama."

Kemudian berikut ini adalah terjemahan RATANA SUTTA atau sutta permata. Sutta ini berisikan penghormatan kepada Sang Tiratana atau Tiga Permata yaitu Buddha, Dhamma serta Sangha.

Adapun isi selengkapnya adalah sebagai berikut:

Mahluk apapun juga yang berkumpul di sini
Baik yang dari dunia, maupun dari ruang angkasa
Berbahagialah! Perhatikanlah apa yang disabdakan.

Maka itu, duhai para mahluk, perhatikanlah
Perlakukanlah umat manusia dengan cinta kasih
Lindungilah mereka dengan tekun, sebagaimana mereka
Mempersembahkan sesajian kepadamu siang dan malam.

Harta apapun juga yang terdapat di sini atau di alam-alam lain
Atau mustika tak ternilai apapun juga di alam-alam surga
Satu pun tiada yang menyamai Sang Tathagata
Sesungguhnya, pada Sang Buddha terdapat mustika tak ternilai ini
Demi kebenaran ini, semoga kita mendapat kebahagiaan.

Pemusnahan nafsu, bebas dari nafsu, bebas dari kematian
Yang telah dicapai oleh Sang Sakyamuni
Dengan samadhi benar, tiada apapun yang dapat menyamainya
Sesungguhnya dalam Dhamma terdapat mustika tak ternilai ini
Demi kebenaran ini, semoga kita mendapat kebahagiaan.

Meditasi benar yang dipuji oleh Sang Buddha
Samadhi yang dapat memberikan hasil baik
Tiada satupun yang dapat menyamai samadhi ini
Sesungguhnya, dalam Dhamma terdapat mustika tak ternilai ini
Demi kebenaran ini, semoga kita mendapat kebahagiaan.

Delapan mahluk suci yang dipuji oleh para bijaksana
Merupakan Empat Pasang Mahluk Suci
Siswa-siswa Sang Sugata ini berharga untuk diberi persembahan
Apa yang dipersembahkan kepada mereka menghasilkan pahala besar
Sesungguhnya, dalam Sangha terdapat mustika tak ternilai ini
Demi kebenaran ini, semoga kita mendapat kebahagiaan.

Mereka itu yang bebas dari nafsu-nafsu
Telah melaksanakan dengan tekad teguh Ajaran Sang Buddha Gotama
Telah mencapai apa yang harus dicapai
Telah memperoleh kebebasan dari kematian
Mereka menikmati ketentraman yang tak ternilai
Sesungguhnya, dalam Sangha terdapat mustika tak ternilai ini

Demi kebenaran ini, semoga kita mendapat kebahagiaan.

Bagaikan sebuah menara pintu kota beralas kokoh kuat
Tak tergoyahkan oleh angin dari empat penjuru;

Demikianlah

Kami menamakan orang bijaksana yang telah menembus Empat Kebenaran Ariya
Sesungguhnya, dalam Sangha terdapat mustika tak ternilai ini
Demi kebenaran ini, semoga kita mendapat kebahagiaan.

Mereka yang telah menembus Empat Kebenaran Ariya
Yang dibabarkan dengan jelas oleh Yang Maha Bijaksana
Sekalipun terkena godaan, mereka tidak akan lahir lagi sampai delapan kali
Sesungguhnya, dalam Sangha terdapat mustika tak ternilai ini
Demi kebenaran ini, semoga kita mendapat kebahagiaan.

Tiga belunggu dipatahkan oleh yang memiliki Pandangan Benar
Yakni Sakkaya ditthi (kepercayaan tahyul tentang adanya diri), Vicikiccha
(keraguan),
Dan Silabbatparamasa (kepercayaan tahyul bahwa upacara sembahyang dapat
membebaskan manusia),
Ia telah bebas dari empat alam yang menyedihkan
Serta tak dapat melakukan enam kejahatan berat
Sesungguhnya, dalam Sangha terdapat mustika tak ternilai ini
Demi kebenaran ini, semoga kita mendapat kebahagiaan.

Perbuatan salah apapun juga yang dilakukan dengan tubuh, ucapan dan pikiran
Tidak dapat ia menyembunyikannya
Karena telah dikatakan bahwa perbuatan demikian
Tak mungkin dilakukan oleh orang yang telah melihat Nibbana
Sesungguhnya, dalam Sangha terdapat mustika tak ternilai ini
Demi kebenaran ini, semoga kita mendapat kebahagiaan.

Bagaikan pohon dalam hutan yang berbunga pada awal musim panas
Demikian agunglah Dhamma yang menuju Nibbana
Beliau telah memabarkan untuk kebahagiaan tertinggi
Sesungguhnya, pada Sang Buddha terdapat mustika tak ternilai ini
Demi kebenaran ini, semoga kita mendapat kebahagiaan.

Yang Tanpa Banding, Yang Maha Tahu, Sang Pembimbing Yang Terbaik
Sang Pembawa Yang Terbaik telah memabarkan Dhamma
Sesungguhnya, pada Sang Dhamma terdapat mustika tak ternilai ini
Demi kebenaran ini, semoga kita mendapat kebahagiaan.

Yang lampau telah musnah, tiada penjelmaan baru
Pikiran mereka telah bebas dari kelahiran kembali
Para bijaksana telah memusnahkan benih-benih penjelmaan mereka dan
Nafsunya telah berakhir padam bagaikan lampu ini

Sesungguhnya, dalam Sangha terdapat mustika tak ternilai ini
Demi kebenaran ini, semoga kita mendapat kebahagiaan.

Mahluk apapun juga yang berada di sini
Baik dari dunia ini atau dari angkasa
Marilah bersama-sama kita menghormat Sang Buddha
Sang Tathagata yang dipuja oleh para dewa dan manusia
Semoga kita mendapat kebahagiaan.

Mahluk apapun juga yang berada di sini
Baik dari dunia ini atau dari angkasa
Marilah bersama-sama kita menghormat Sang Dhamma
Sang Tathagata yang dipuja oleh para dewa dan manusia
Semoga kita mendapat kebahagiaan.

Mahluk apapun juga yang berada di sini
Baik dari dunia ini atau dari angkasa
Marilah bersama-sama kita menghormat Sang Sangha
Sang Tathagata yang dipuja oleh para dewa dan manusia
Semoga kita mendapat kebahagiaan.

Sedangkan yang ketiga adalah terjemahan KARANIYAMETTA SUTTA atau Kotbah
Sang Buddha tentang cinta kasih.

Pembacaan dan pelaksanaan isi sutta ini akan dapat memperbaiki kualitas batin
seseorang.

Orang yang semula pemaarah akan menjadi lebih pemaaf dan sabar.

Orang yang sering timbul kebencian akan lebih mudah memahami kekurangan orang
lain.

Oleh karena itu, selain mendengarkan pembacaan sutta ini, sebaiknya juga
melaksanakan isi sutta berikut.

Dengan pelaksanaan yang tekun, seseorang akan mendapatkan kebahagiaan dalam
hidup ini.

Ia juga akan berbahagia setelah kehidupan ini. Dan, ia pun dapat mencapai kesucian.

Inilah terjemahan lengkap sutta cinta kasih tersebut.

Inilah yang harus dikerjakan oleh mereka yang tangkas dalam kebaikan

Untuk mencapai ketenangan

Ia harus mampu jujur, sungguh jujur

Rendah hati, lemah lembut, tidak sombong

Merasa puas, mudah disokong / dilayani

Tiada sibuk, sederhana hidupnya

Tenang inderanya, berhati-hati

Tahu malu, tak melekat pada keluarga

Tak berbuat kesalahan walaupun kecil

Yang dapat dicela oleh Para Bijaksana
Hendaklah ia ia berpikir
Semoga semua mahluk berbahagia dan tentram
Semoga semua mahluk berbahagia

Mahluk hidup apapun juga
Yang lemah dan kuat tanpa kecuali
Yang panjang atau besar
Yang sedang, pendek, kecil atau gemuk

Yang tampak atau tak tampak
Yang jauh ataupun dekat
Yang telah lahir atau yang akan lahir
Semoga semua mahluk berbahagia

Jangan menipu orang lain
Atau menghina siapa saja
Jangan karena marah dan benci
Mengharap orang lain celaka

Bagaikan seorang ibu mempertaruhkan jiwanya
Melindungi anaknya yang tunggal
Demikianlah terhadap semua mahluk
Dipancarkannya pikiran kasih sayangnya tanpa batas

Kasih sayangnya ke segenap alam semesta
Dipancarkannya pikiran itu tanpa batas
Ke atas, ke bawah dan ke sekeliling
Tanpa rintangan, tanpa benci dan permusuhan

Selagi berdiri atau duduk
Atau berbaring selagi tiada lelap
Ia tekun mengembangkan kesadaran ini
Yang dikatakan: Berdiam dalam Brahma

Tidak berpegang pada pandangan salah (tentang atta / aku)
Dengan sila dan penglihatan sempurna
Hingga bersih dari nafsu indera
Ia tak akan lahir dalam rahim yang manapun juga.

Itulah terjemahan ketiga sutta yang ada dalam CD.
Semoga terjemahan ini dapat direnungkan dan dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari.
Semoga selalu bahagia.
Salam metta,
B. Uttamo

40. Dari: **Dedy Mulyadi**, Tangerang

Bhante, saya mau tanya kalau kita memelihara ikan lele di dalam septictank (penampungan kotoran manusia) itu termasuk menanam karma buruk atau tidak? Bagaimana kondisinya Bhante? Mohon penjelasannya.

Jawaban:

Dalam Buddha Dhamma pengertian 'karma' adalah sama dengan 'niat'. Dengan demikian, pada saat 'berniat' memelihara dan menghidupi ikan lele tentunya hal ini merupakan karma baik.

Adapun tempat yang dipergunakan untuk memeliharanya, mungkin bagi manusia adalah tempat yang sangat dihindari, namun untuk ikan lele tempat itu adalah sumber makanan yang sangat menyehatkan. Buktinya, ikan lele dan bahkan ikan gurami yang diberi makan dengan kotoran manusia akan tumbuh sehat dan gemuk.

Hanya saja masalah yang perlu dipikirkan di sini justru bukan pada tempat pemeliharannya, melainkan tujuan akhir pemeliharaan tersebut.

Apabila ikan lele itu dipelihara sebagai salah satu bentuk hiburan untuk diri sendiri maupun keluarga maka hal ini tentunya lebih baik daripada memelihara ikan lele dengan tujuan agar dapat dijual atau dipotong setelah dewasa. Apabila tujuannya memang untuk dijual dan dipotong, maka niat inilah yang merupakan karma buruk. Ikan lele tersebut dipelihara untuk dibunuh.

Sedangkan jika niat memelihara ikan lele itu sebagai ekspresi kesenangan pribadi, maka sebenarnya lebih baik ikan lele itu dibebaskan saja ke habitat asalnya. Ikan lele adalah termasuk ikan yang dapat hidup bebas di alamnya.

Dengan demikian, meskipun memelihara ikan lele tersebut tidak bermasalah, namun apabila merenungkan tujuan akhirnya seperti yang telah diuraikan di atas, maka sebaiknya hal ini dapat dihindari.

Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat.

Salam metta,

B. Uttamo

41. Dari: **Louisa**, Tangerang

Namo Buddhaya,

Bhante, ayah dan nenek saya telah meninggal dunia pada tanggal 25 Oktober 2002 yang lalu.

Apakah saya masih bisa membacakan Avamanggala Paritta untuk mereka?

Di mana saya bisa mendapatkan textnya? Apakah memungkinkan juga untuk mendapatkan kaset / vcd / cd nya supaya irama membacanya tidak salah? Kalau bisa, di mana saya bisa mendapatkannya?

Terima kasih juga atas waktu yg telah Bhante luangkan untuk menjawab pertanyaan saya ini, di sela-sela kesibukan Bhante yang padat.

Jawaban:

Menurut Ajaran Sang Buddha, walaupun ada anggota keluarga yang sudah lama meninggal dunia, masih saja terbuka kesempatan untuk membacakan paritta serta melakukan berbagai jenis pelimpahan jasa kepada mereka.

Apabila memungkinkan, lakukanlah perbuatan baik dengan ucapan, badan maupun pikiran atas nama yang telah meninggal ini secara rutin. Pelimpahan jasa dapat dilakukan setiap hari, seminggu sekali, sebulan sekali ataupun setahun sekali.

Ada banyak jenis perbuatan baik yang dapat dilimpahkan jasanya kepada sanak keluarga yang telah meninggal. Salah satu kebajikan itu adalah membacakan paritta. Membaca paritta adalah merupakan kebajikan dengan badan, ucapan dan perbuatan. Buah kebajikan ini pasti akan diterima oleh si pembaca paritta itu sendiri.

Namun, apabila kebajikan membaca paritta ini dilimpahkan jasanya kepada mereka yang telah meninggal, maka hal ini akan sangat membantu almarhum di kelahiran yang sekarang. Almarhum apabila terlahir di salah satu alam yang dapat menerima pelimpahan jasa, maka ia akan terkondisi merasa bahagia atas kebajikan yang diperbuat oleh sanak keluarganya yang masih hidup. Ikut berbahagia atas kebajikan yang dilakukan orang lain ini adalah merupakan kebajikan melalui pikiran. Dengan demikian, pelimpahan jasa adalah mengkondisikan almarhum di kelahiran sekarang agar dapat melakukan kebajikan melalui pikirannya.

Oleh karena itu, semakin banyak pelimpahan jasa dilakukan, semakin banyak pula almarhum di kelahiran yang sekarang terkondisi menambah kebajikan. Dengan demikian, apabila kebajikan yang dilakukan dengan pikiran ini telah mencukupi, maka almarhum dapat terlahir di alam lain yang lebih baik.

Oleh karena itu, kebiasaan membacakan paritta untuk almarhum ini hendaknya dapat dilanjutkan.

Adapun teks atau buku yang berisikan paritta untuk peringatan orang yang telah meninggal ini dapat dijumpai dalam buku Paritta Suci yang menjadi buku pedoman puja bakti di vihara binaan Sangha Theravada Indonesia.

Untuk mendapatkan buku paritta tersebut, silahkan kunjungi vihara Theravada terdekat. Biasanya buku ini tersedia gratis atau mungkin berdana secara suka rela ke dalam kotak dana yang telah disediakan.

Adapun untuk mendapatkan kaset / CD atau VCD pembacaan paritta, mungkin dapat menghubungi bursa vihara tersebut.

Adapun sebagian irama pembacaan paritta dapat di download dan didengarkan dari Samaggi Phala, Multimedia.

Sebagai tambahan, kesungguhan dan ketulusan dalam pembacaan paritta akan jauh lebih bermanfaat daripada ketepatan irama dan lafal paritta. Karena kesungguhan dan ketulusan itulah yang merupakan kebajikan lewat badan, ucapan serta pikiran yang dapat dilimpahkan jasanya kepada almarhum.

Semoga jawaban ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

42. Dari: **Lestari**, Jakarta

Namo Buddhaya Bhante.

Bhante saya mau bertanya...,

Apakah seorang anak harus setuju dgn apa yang dikerjakan orang tua?

Saya mempunyai keluarga yang bisa dibilang cukup berantakan. Ayah dan ibu sudah bercerai 10 tahun yang lalu, saya tinggal bersama ibu. Ibu menjalin hubungan kekasih dgn pria yang sudah beristri. Hubungan itu sudah berjalan 10 tahun, tetapi ibu tidak pernah mengganggu kehidupan rumah tangga kekasihnya.

Belum 2 tahun yang lalu saya setuju dengan hubungan itu karena saya merasa ibu masih muda dan harus mendapat kebahagiaan.

Tetapi saya membaca buku bahwa orang yang melakukan zinah dgn yang sudah beristri maka ia akan masuk neraka. Sejak itu saya tidak setuju karena ibu akan celaka bila tetap bersamanya. Hal itu membuat ibu saya bersedih.

Apa yang harus saya lakukan Bhante?

NB: Ibu saya selalu menjaga nama baik pria itu dengan tidak bertegur sapa bila di depan umum dan tidak ada yang tahu hubungan mereka selain keluarga saya.

Mohon beri saya cara agar ibu tidak menderita dan tidak bersusah hati.

Saya mau ibu saya bahagia karena ia sangat baik.

Terimakasih Bhante.

Jawaban:

Menyimak kasus yang dipertanyakan, memang posisi sebagai anak cukup sulit serta membingungkan.

Apabila anak menyetujui hubungan ibu dengan pria itu, maka sikap anak tersebut akan dapat membahagiakan ibu namun sekaligus juga menjerumuskan ibu ke alam yang kurang menyenangkan di kelahiran yang berikutnya.

Sebaliknya, apabila anak bersikap menentang hubungan ibu dengan pria itu, maka keputusan anak ini akan dapat menghindarkan ibu dari kelahiran berikut di alam menderita sebagai buah karma perilakunya di kehidupan ini, namun si anak akan membuat kehidupan ibu di masa sekarang menjadi menderita.

Namun, keputusan memang harus diambil. Dan setiap keputusan pasti mengandung suatu resiko sebagai konsekuensi logisnya. Hal ini tidak dapat dihindari.

Salah satu cara untuk menyelesaikan kebingungan ini adalah dengan mengarahkan pria yang sudah beristri itu untuk lebih bersikap TEGAS dalam hidup ini.

Kalau si pria itu memang mencintai ibu, maka seharusnya ia akan berpisah baik-baik dengan istrinya yang sekarang.

Karena dengan terus bersikap mendua seperti ini, sesungguhnya dia bukanlah pria yang jujur dan mau memikirkan perasaan kedua wanita yang dekat dengannya. Ia hendaknya merenungkan dengan jelas, bagaimana apabila istrinya juga berhubungan dekat dengan pria lain di belakangnya. Apakah ia dapat menerimanya? Apakah ia tidak keberatan? Apa yang dirasakannya, sesungguhnya juga akan dirasakan oleh istrinya bila ia mengetahui suaminya telah mendua hati di luar rumah.

Oleh karena itu, pria itu sudah seharusnya mempertanggungjawabkan segala perbuatannya atas kedua wanita tersebut.

Ia harus memilih salah satunya. Ia hendaknya tidak tamak untuk mendapatkan

keduanya.

Sebaliknya, kalau si pria masih mencintai istrinya ataupun tidak bisa meninggalkan istrinya karena berbagai sebab maka sebaiknya ia tidak lagi berhubungan dengan ibu. Ia harus mengkonsentrasikan seluruh pikiran, tenaga dan perhatiannya pada masa depan keluarga yang telah menjadi tanggung jawabnya.

Dengan sikap pria yang tegas seperti itu, maka pria tersebut dapat dikatakan sebagai kepala rumah tangga yang bertanggung jawab dan ibu pun akan dapat terbebas dari berbagai kesulitan yang ditimbulkan oleh pria tersebut.

Kalau memang pria itu sudah menentukan sikap untuk bertanggung jawab dan berkonsentrasi pada keluarganya, maka hubungannya dengan ibu dapat bersifat sebagai teman yang tentu saja dapat terbuka terhadap keluarganya maupun masyarakat.

Dengan demikian, ketegasan ini akan mempermudah ibu dalam bersikap benar dalam membangun kebahagiaan hidupnya sendiri. Ibu dapat melanjutkan hubungan dengan pria itu sebagai sahabat biasa, ataupun mencari pria lain yang lebih sesuai kondisinya untuk menjadi pendamping hidupnya.

Apabila sikap ini yang diambil, maka si anak pun akan dapat terbebas dari keharusan melakukan pemilihan sikap yang serba membingungkan ini.

Jadi, ketegasan si pria mengambil sikap akan memberikan manfaat untuk semua pihak.

Semoga jawaban ini dapat memberikan manfaat dan membantu membuat sebuah keputusan yang bijaksana.

Semoga bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

43. Dari: **Levy Chandra**, Rochester, NY

Bhante Uttamo,

Saya ingin menanyakan bagaimana cara menangani kesombongan / gengsi (pride)? Anumodana.

Jawaban:

Memiliki kesombongan dan rasa rendah diri (bukan rendah hati) adalah merupakan hal yang wajar untuk seseorang yang belum terbebas dari ketamakan, kebencian dan kegelapan batin.

Perasaan sombong dapat timbul dalam diri seseorang karena ia hanya mengingat kelebihan sendiri serta memandang orang lain dari sudut kelemahannya. Dengan demikian, ia menganggap dirinya selalu lebih hebat dibandingkan orang lain.

Sebaliknya, sikap rendah diri dapat timbul karena orang hanya selalu mengingat kekurangan diri sendiri dan melihat orang lain dari sudut kelebihannya. Ia merasa selalu memiliki kekurangan dibandingkan dengan orang lain.

Padahal, kenyataannya SEMUA orang mempunyai kelebihan dan kekurangannya masing-masing.

Apabila seseorang dapat merenungkan dan menyadari bahwa setiap orang PASTI

memiliki kelebihan dan kekurangannya sendiri, maka ia akan melihat dirinya sama dengan orang lain. Apabila ia telah menerima kelebihan dan kekurangan dirinya seperti ia menerima kelebihan dan kekurangan orang lain, maka ia baru dapat bergaul secara wajar dalam masyarakat. Tidak ada lagi kesombongan maupun rasa rendah diri. Ia dapat memperbaiki kekurangannya dan meningkatkan kelebihan yang dimilikinya.

Menyikapi hal ini, dalam Buddha Dhamma diterangkan bahwa orang hendaknya bersikap:

Kelebihan diri sendiri yang telah ditemukan hendaknya dapat terus dipupuk dan ditingkatkan.

Kekurangan diri sendiri hendaknya jangan hanya disesali namun harus segera diperbaiki agar di masa depan tidak lagi terulang timbulnya kelemahan tersebut.

Kelebihan yang ada pada diri orang lain hendaknya dijadikan contoh dan tujuan untuk meningkatkan kualitas diri sendiri dengan mengkondisikan agar kelebihan semacam itu dapat timbul pada dirinya.

Kekurangan yang ada pada orang lain bukanlah dijadikan bahan hinaan, melainkan pelajaran agar diri sendiri dapat waspada dan menghindari timbulnya keburukan itu dalam diri sendiri.

Demikianlah dalam Buddha Dhamma, seseorang setelah menyadari kekurangan sendiri, hendaknya bukan hanya sekedar tahu ataupun menyesali, melainkan dapat segera memperbaikinya.

Sebagai perenungan, disampaikan dalam Dhammapada V, 4.

Bila orang bodoh dapat menyadari kebodohnya.

Maka ia dapat dikatakan bijaksana.

Tetapi orang bodoh yang menganggap dirinya bijaksana.

Sesungguhnya dialah yang disebut orang bodoh.

Semoga jawaban ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

44. Dari: **Grace**, Melbourne

Bhante,

Tolong tanya bagaimana cara mengubah nasib.

Menurut ramalan, nasib saya biasa-biasa aja.

Terima kasih.

Jawaban:

Sebelum menjawab pertanyaan di atas, ada baiknya dijelaskan terlebih dahulu di sini bahwa dalam Ajaran Sang Buddha tidak mengenal istilah 'nasib' manusia yang sudah ditentukan sejak lahir dan tidak dapat diubah lagi sampai akhir kehidupannya.

Dengan adanya nasib seperti itu, semua usaha manusia untuk mengubah nasib akan sia-sia saja.

Ajaran Sang Buddha menguraikan bahwa segala suka dan duka yang dialami oleh manusia dalam kehidupan ini adalah merupakan akibat dari perbuatan atau karma orang itu sendiri. Seperti yang telah diketahui bersama bahwa karma adalah niat. Dengan demikian, seseorang yang memiliki niat buruk dalam melakukan atau mengucapkan sesuatu, ia sesungguhnya telah berbuat karma buruk. Sebaliknya, orang yang memiliki niat baik untuk melakukan atau mengucapkan sesuatu, ia termasuk telah berbuat karma baik.

Semua perbuatan atau karma baik dan karma buruk ini pada saatnya nanti akan dirasakan sendiri akibatnya. Karma baik akan memberikan kebahagiaan dan karma buruk akan menimbulkan penderitaan. Hasil karma yang dialami seseorang tidak akan dapat dipindahkan maupun dialihkan kepada pihak lain.

Namun, karma yang harusnya dirasakan oleh seseorang DAPAT DIUBAH dengan cara mengubah perilakunya menjadi lebih baik dari hari ke hari. Dengan demikian, apabila seseorang sering mengembangkan kebajikan, maka hidupnya akan selalu bertambah bahagia, walaupun ia harus merasakan penderitaan, ia tidak akan terlalu menderita. Ada banyak kesempatan baginya untuk merasakan kebahagiaan sebagai hasil perbuatan baiknya sendiri.

Kondisi seperti itu dapat dicontohkan sebagai segelas air yang diberi satu sendok garam, maka air itu akan terasa sangat asin. Bila jumlah air itu ditambah menjadi satu guci, maka garam sesendok yang berada di dalamnya tidak lagi menimbulkan rasa asin. Contoh 'air' di sini adalah sebagai lambang kebajikan, sedangkan 'garam' melambangkan keburukan. Seseorang yang selalu berusaha menghentikan berbagai perilaku buruk serta meningkatkan kebajikan setiap saat, maka pada saatnya nanti ia akan merasakan kebahagiaan seperti air seguci yang sudah tidak ada lagi rasa asinnya.

Adapun perubahan perilaku yang perlu dikerjakan agar seseorang dapat mengubah duka dalam kehidupannya menjadi suka dan suka akan bertambah suka adalah dengan memperbanyak kebajikan melalui ucapan, perbuatan serta pikiran.

Perbuatan baik dengan ucapan adalah usaha untuk menghindari kata-kata kasar, gossip, bohong, memaki, marah-marah serta berbagai bentuk keburukan lewat ucapan. Ucapan sebaiknya berisikan kalimat yang menyejukkan serta menyenangkan batin semua pihak yang mendengarkannya.

Perbuatan baik melalui badan adalah usaha menghindari tindakan membunuh, mencuri, melanggar kesusilaan serta mabuk-mabukan. Sebaiknya badan ini dipergunakan untuk membantu dan menolong mereka yang sedang menderita.

Sedangkan perbuatan baik yang dilakukan melalui pikiran adalah dengan selalu berusaha mengucapkan dalam batin: SEMOGA SEMUA MAHLUK BERBAHAGIA. Apabila seseorang selalu mempergunakan waktu luangnya untuk mengucapkan kalimat tersebut, maka secara bertahap pikirannya akan berisikan gelombang cinta kasih.

Dengan demikian, ia yang semula memiliki kebencian dan dendam akan menjadi pemaaf. Ia yang pemaaf akan menjadi lebih sabar. Ia yang gelisah akan menjadi tenang. Serta masih banyak manfaat lainnya dari pikiran yang penuh terisi dengan cinta kasih. Ia akan dapat merasakan kebahagiaan dalam hidup. Sesungguhnya kebahagiaan hidup bukanlah karena seseorang telah memiliki segala bentuk kenikmatan duniawi. Kebahagiaan adalah kemampuan seseorang untuk menguasai pikirannya sendiri serta memenuhinya dengan gelombang cinta kasih.

Oleh karena itu, apabila seseorang dikatakan bahwa kehidupannya biasa-biasa saja, maka ia harus segera melakukan berbagai kebajikan melalui ucapan, badan dan pikiran sebanyak mungkin. Dengan demikian, apabila ia telah tiba waktunya untuk merasakan akibat karma baik yang dilakukannya selama ini, maka ia akan banyak mendapatkan kebahagiaan hidup yang tidak terbayangkan sebelumnya. Semoga keterangan ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan. Salam metta,
B. Uttamo

45. Dari: **Damaputta**, Jakarta

Namo Buddhaya, Bhante....

Saya sering mempertanyakan hal ini pada diri saya dan teman-teman saya.

Selama saya ikut kebaktian, saya sangat jarang dan bahkan tidak pernah mendengarkan Dhammadesana khusus membahas tata tertib dan cara berpakaian ketika mengikuti kebaktian.

Terutama dalam pakaian, sering saya ikut kebaktian dan... saya sering melihat celana dalam berkeliaran ketika namaskara.

Kata teman hal itu adalah karma baik.

Apakah salah kalau kita meminta pengawas kebaktian untuk menidaklanjutnya?

Bagaimana caranya?

Takutnya malah dibilang sok suci...padahal lumayan sih...bikin pikiran melayang-layang.

Jawaban:

Setiap vihara sebenarnya tentu telah memiliki tata tertib masing-masing. Tata tertib ini biasanya berbeda di satu vihara dengan vihara yang lain. Hal ini adalah wajar karena setiap vihara mempunyai kebutuhan yang berbeda. Adapun tata tertib yang telah dibuat oleh pengurus vihara, biasanya pada mulanya dilakukan sosialisasi terlebih dahulu kepada umat dengan ceramah khusus ataupun pengumuman. Namun, ketika peraturan tersebut dianggap telah diketahui umum, maka tentu saja pengurus vihara tidak perlu lagi mengulang memberikan ceramah atau pengumuman tentang hal itu.

Peraturan yang dianggap telah diketahui umum itu kemudian diubah menjadi bentuk tertulis dan ditempatkan pada posisi yang sangat mudah dilihat serta dibaca oleh setiap orang yang datang mengikuti puja bakti.

Pada banyak vihara, peraturan ini ditempatkan di sekitar pintu masuk Dhammasala.

Pada umumnya, peraturan pokok yang terdapat di setiap vihara adalah:

1. Para umat ketika memasuki Dhammasala hendaknya mengenakan pakaian dengan rapi. Pengertian 'rapi' di sini adalah umat mengenakan kemeja, bukan T-shirt. Umat pria mengenakan celana panjang dan wanita mengenakan bawahan yang cukup panjang serta longgar. Ada baiknya umat mengenakan pakaian seragam pada saat kebaktian. Dewasa ini di banyak vihara binaan Sangha Theravada Indonesia telah disepakati bahwa umat yang mengikuti puja bakti hendaknya mengenakan pakaian seragam dengan baju berwarna putih dengan bawahan berwarna gelap, biasanya warna hitam.
2. Pada saat mengikuti puja bakti, umat hendaknya segera mematikan atau mengubah nada panggil menjadi nada getar pada handphone serta berbagai alat komunikasi lain yang dibawanya agar tidak mengganggu ketenangan puja bakti.
3. Umat hendaknya duduk pada posisi yang telah ditentukan. Biasanya tempat duduk pria terpisah dari tempat duduk wanita. Hal ini selain menjadikan puja bakti tampak lebih tertib, juga dapat menjaga pikiran umat yang mungkin dapat melayang-layang karena melihat lawan jenisnya. Apalagi bila di antara mereka ada yang kurang rapi dalam berpakaian.
4. Pada saat duduk di Dhammasala, umat tidak diperkenankan meluruskan salah satu atau kedua kaki ke arah altar.
5. Selama puja bakti berlangsung, umat hendaknya tidak menimbulkan kegaduhan maupun bercakap-cakap.
6. Umat yang membawa anak kecil, agar ketenangan puja bakti dapat terjaga hendaknya bersedia menggabungkan anaknya ke Sekolah Minggu Buddhis yang ada di vihara tersebut.

Tentu saja, masih banyak peraturan lainnya yang dapat ditentukan oleh pengurus vihara setempat.

Apabila terjadi pelanggaran peraturan, misalnya umat mengenakan pakaian yang kurang sesuai untuk ke vihara maka menghadapi hal ini jika sesama umat tidak dapat mengingatkannya sendiri sebaiknya disampaikan kepada pengurus atau petugas puja bakti.

Bila umat itu adalah seorang wanita, maka sebaiknya pengurus wanita juga yang memberikan teguran kepadanya secara sopan dan halus. Dengan cara yang baik, penuh pengertian serta kasih sayang ini akan dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan untuk semua fihak.

Puja bakti akan lancar, umat yang hadir akan tenang, persaudaraan antar umat akan tetap terjaga dan Buddha Dhamma dapat dipraktikkan.

Semoga penjelasan ini dapat dimanfaatkan untuk para pengurus vihara dalam mengelola viharanya masing-masing.

Semoga suasana puja bakti di berbagai vihara semakin tertib dan disiplin.

Semoga bahagia.
Salam metta,
B. Uttamo

46. Dari: **Suryajayo**, Surabaya

Bhante,

Saya ada dua pertanyaan:

1. Bhante saat ini Indonesia sedang dilanda wabah demam berdarah yang banyak juga memakan korban jiwa, belum lagi kerugian materiil langsung maupun tidak langsung akibat sakit demam berdarah. Salah satu cara jitu mencegahnya adalah memberantas jentik-jentik dan juga nyamuknya.

Bhante sebagai seorang Buddhis yang juga berkecimpung di dunia medis, saya ingin bertanya jika saya mengikuti program pemerintah berupa pemberantasan nyamuk dan jentik-jentiknya secara besar-besaran (dan juga program kesehatan yang lain yang terpaksa harus membunuh binatang yang dapat merugikan manusia) apakah tidak melanggar sila pertama?

2. Mohon Bhante jelaskan salam 'Namo Buddhaya' itu artinya apa dan apakah hal ini juga dipakai oleh Sang Buddha Gautama sendiri?

Sepengetahuan saya umat Buddha di luar negeri jarang mengucapkan ini.

Jawaban:

Menjadi seorang umat Buddha idealnya ia dapat melaksanakan Pancasila Buddhis dengan baik.

Pancasila Buddhis adalah latihan untuk tidak melakukan pembunuhan, latihan untuk tidak melakukan pencurian, latihan untuk tidak berjinah, latihan untuk tidak berbohong serta latihan untuk tidak mabuk-mabukan. Apabila seorang umat Buddha dapat melaksanakan kelima latihan ini dengan tekun dan penuh semangat, maka ia akan mendapatkan kebahagiaan dalam kehidupan ini, kebahagiaan setelah kehidupan ini yaitu terlahir di salah satu dari beberapa alam surga, serta mempunyai kondisi untuk mencapai kesucian atau Nibbana dalam kehidupan ini maupun kehidupan yang selanjutnya.

Namun, tidak disangkal bahwa dalam kenyataan hidup sehari-hari, kadang umat Buddha dihadapkan pada pilihan yang cukup sulit. Salah satunya contoh nyata tentang hal itu adalah mewabahnya demam berdarah di Indonesia baru-baru ini. Wabah yang disebarkan oleh salah satu jenis nyamuk ini jelas akan menimbulkan konsekuensi pembasmian nyamuk serta jentiknya secara besar-besaran agar terwujud masyarakat yang sehat.

Umat Buddha sebagai bagian dari masyarakat tentu saja harus mengikuti kegiatan yang akan dapat menghindarkan masyarakat dari wabah berbahaya ini. Kegiatan pembasmian nyamuk dan jentiknya ini sebenarnya termasuk pelanggaran sila pertama Pancasila Buddhis.

Namun, dalam pengertian Dhamma, karma adalah niat. Dengan demikian, semakin terpaksa seseorang melakukan suatu perbuatan, maka semakin kecil pula buah karma

yang harus diterimanya.

Hal ini berlaku untuk perbuatan baik maupun perbuatan buruk.

Sebagai contoh nyata, seorang ibu yang menyadari adanya cacing dalam perut anaknya, maka ia dengan TERPAKSA harus mempergunakan obat cacing untuk membersihkan perut anaknya. Tentu saja hal ini dapat digolongkan sebagai karma buruk. Namun, karena dilakukan dalam kondisi terpaksa, maka karma buruk ini tidak sebesar apabila si ibu membunuh cacing yang masuk ke dalam rumah, misalnya. Seorang petani yang bekerja di sawah, apabila ia menemukan hama belalang yang merusak tanamannya, maka ia tentu saja harus membersihkan sawahnya dari hama belalang tersebut. Petani tersebut dengan TERPAKSA harus melakukan pembersihan apabila ia ingin sawahnya memiliki hasil yang maksimal. Si petani jelas telah melanggar sila pertama dari Pancasila Buddhis. Namun karena keterpaksaan, niat yang dimilikinya untuk melakukan hal itu tidak sebesar bila ia membunuh belalang yang masuk ke rumahnya.

Sebagai seorang dokter, tentunya akan sering menghadapi penyakit pasien yang disebabkan oleh suatu jenis mahluk tertentu. Agar pasien dapat sembuh dari sakitnya, maka dokter akan memberikan obat untuk membersihkan tubuh pasien dari pengaruh mahluk penyebab sakit itu. Tindakan pengobatan semacam ini TERPAKSA harus dilakukan oleh si dokter. Karma buruk yang dilakukan dokter tersebut tentu saja tidak terlalu besar mengingat tujuannya adalah untuk menyelamatkan kehidupan seseorang. Oleh karena itu, adalah kenyataan bahwa di negara-negara Buddhis banyak pula dijumpai dokter yang hebat. Profesi dokter ini dapat dijadikan pilihan karena mereka menyadari bahwa hanya keharusanlah yang membuat mereka menghilangkan kehidupan mahluk lain, bukan karena mereka senang menghilangkan kehidupan mahluk lain.

Buddha Dhamma memang mengajarkan pelaksanaan sila atau latihan kemoralan. Namun sebagai seorang umat Buddha hendaknya ia dapat melaksanakan sila dengan bijaksana sehingga ia dapat menjadi orang yang mudah menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Apabila ia menyadari banyaknya perbuatan buruk yang terpaksa ia dilakukan setiap waktu, maka sebaiknya seorang umat Buddha dengan niat penuh dan rutin melakukan berbagai kebajikan melalui ucapan, perbuatan badan, maupun pikiran.

Adapun tentang penggunaan salam "Namo Buddhaya" tampaknya mulai timbul dalam tahun-tahun belakangan ini di beberapa daerah tertentu di Indonesia.

Sedangkan di beberapa negara Buddhis, salam ini tidak banyak dipergunakan. Umat Buddha cukup saling beranjali atau merangkapkan kedua telapak tangan di depan dada ketika berjumpa dengan sesama umat.

Adapun arti istilah "Namo Buddhaya" oleh sebuah sumber disebutkan sebagai ajakan untuk sesama umat Buddha menghormati para Buddha yang telah terlahir maupun yang akan terlahir.

Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

47. Dari: **Ming**, Jakarta

Namo Buddhaya, Bhante.

Saya sedang berusaha untuk rutin melepaskan makhluk hidup. Saya melepaskan burung-burung di atas rumah (ruko) dengan pertimbangan : di belakang ruko ada kompleks perumahan dengan pohon-pohon yang rindang.

Tetapi, suatu hari saya melihat ada orang yang mondar-mandir membawa senapan angin. Saya jadi kuatir burung-burung yang saya lepaskan menjadi sasaran. Saya pernah mendengar bahwa berbuat kebajikan sebaiknya tidak tanggung-tanggung. Menanam bibit yang baik haruslah di tanah yang baik (subur) pula. Tetapi untuk melepas burung di luar kota bagi saya cukup sulit.

Pernah pula terpikir untuk melepas jangkrik, tetapi saya pun kuatir jangkrik -jangkrik itu akan dimangsa oleh burung.

Mohon pencerahannya, Bhante.

Terimakasih.

Jawaban:

Menjadikan kebajikan sebagai kebiasaan hidup adalah langkah awal yang mulia dalam melaksanakan Buddha Dhamma.

Terdapat tiga perbuatan baik yang dapat dilakukan dalam kehidupan sehari-hari yaitu mengembangkan kerelaan, kemoralan serta konsentrasi.

Salah satu bentuk kerelaan adalah melepaskan makhluk hidup kembali ke habitatnya.

Tujuan pelepasan makhluk adalah agar para makhluk tersebut terbebas dari bahaya dan bencana yang dapat mengancam kehidupannya. Oleh karenanya, adalah sikap yang benar dan bijaksana apabila pelepasan burung dilakukan dari tempat tinggal sebab adanya banyak pepohonan di belakang rumah.

Namun, kalau ternyata kadang terlihat pemburu yang mencari burung dengan senapan angin di sana, sebaiknya hal ini dapat disikapi dengan bijaksana, tanpa harus berlebihan.

Niat dan pelaksanaan pelepasan makhluk adalah merupakan perbuatan baik. Namun, bila timbul kekuatiran bahwa burung yang dilepaskan akan ditembak mati oleh pemburu, maka sebaiknya mencari tempat lain untuk melepaskan makhluk. Tempat pelepasan tidak harus berada jauh di luar kota. Tempat yang ideal untuk melepas burung adalah tempat yang sepi namun banyak pepohonan. Tempat ini dapat berupa kompleks perumahan yang belum digarap oleh pengembang.

Apabila tempat seperti itu juga tidak dapat ditemukan dengan mudah, maka burung yang hendak dilepaskan dapat diganti dengan makhluk lain, misalnya saja jangkrik yang biasa dijadikan umpan ikan hias. Jika timbul pula kekuatiran bahwa jangkrik yang dilepaskan akan dimangsa burung, maka lepaskanlah jangkrik itu di tempat yang kondisinya memungkinkan untuk jangkrik menyembunyikan diri bila diserang oleh burung, misalnya di tumpukan batu besar.

Dengan demikian, pelepasan makhluk sebagai sarana menambah karma baik dapat dilaksanakan dan makhluk yang dilepaskan juga dapat terjaga kelangsungan hidupnya.

Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.
Salam metta,
B. Uttamo

48. Dari: **Herman**, Melbourne

Bhante Yth.

Kami sedang berdebat sengit tentang boleh tidaknya seorang bhiksu / bhikkhu terjun dalam kancah politik praktis di milis tetangga. Saya sendiri berpendapat, selayaknya seorang bhiksu / bhikkhu tidak melakukan hal tersebut, walaupun merasa terpanggil ya harus melepas jubahnya atau kebhisuannya.

Bagaimana STI/ KASI menanggapi hal ini?

Karena jika hal tersebut dibiarkan dan ternyata melenceng... maka ibaratnya "karena nila setitik maka rusak susu sebelanga"... hal-hal yang negatif, maka seluruh umat Buddhia Indonesia yang akan menanggungnya.

Mohon penjelasannya.

Anumodana Bhante.

Jawaban:

Dalam kehidupan berbangsa dan bernegara, sebenarnya seorang warga negara tidak akan dapat menghindarkan diri dari kegiatan politik. Banyak ragam kegiatan politik yang dapat diikuti, bahkan berdiam diri sekalipun termasuk sikap politik juga.

Sebagai warga negara, seseorang dapat mempunyai berbagai pilihan jalan hidup. Ada warga negara yang memilih menjadi pengusaha, guru, karyawan, pedagang, politisi dan juga menjadi bhikkhu. Sebagai pengusaha dan lain-lainnya memang ia dapat pula menjadi seorang politisi. Namun, untuk menentukan boleh atau tidak boleh seorang bhikkhu aktif dalam politik praktis, hal ini hendaknya perlu ditinjau dengan cermat terlebih dahulu.

Sebenarnya tujuan seseorang memilih jalan hidup sebagai bhikkhu adalah karena ia ingin meninggalkan keduniawian yaitu keluarga, harta dan juga kedudukan.

Menjadi seorang bhikkhu pada umumnya mempunyai dua tugas utama yaitu:

1. Belajar dan mengajarkan Buddha Dhamma (= Gantha Dhura).
2. Melatih meditasi dengan tekun agar dapat mencapai kesucian (= Vipassana Dhura).

Dari kedua tugas utama bhikkhu tersebut, tampaknya memang tidak ada peluang untuk bhikkhu aktif dalam kegiatan politik. Seorang bhikkhu cenderung bersikap DIAM sebagai ekspresi politiknya. Hal ini tentu berbeda dengan seorang umat Buddha yang berkeluarga dan tinggal dalam masyarakat, ia dapat dengan bebas menyalurkan aspirasi serta aktivitas politiknya ke berbagai partai atau lembaga politik lainnya yang ada dalam masyarakat.

Selain ditinjau dari tugas utama seorang bhikkhu, masalah bhikkhu berpolitik ini dapat pula diteliti dari Patimokkha atau peraturan kebhikkhuan. Dalam Patimokkha memang tidak disebutkan secara tegas larangan untuk bhikkhu melakukan aktivitas

politik. Namun, ada beberapa peraturan dalam Patimokkha yang menunjuk secara tidak langsung bahwa seorang bhikkhu sebaiknya tidak campur tangan dalam kegiatan politik ataupun pemerintahan. Beberapa peraturan ini adalah:

1. Acelakavagga 8: Jika seorang bhikkhu melihat sepasukan tentara yang berbaris menyiapkan diri untuk berperang, kecuali bila ada alasan yang kuat, maka ia telah melakukan pacittiya.
2. Acelakavagga 9: Seandainya ada alasan kuat yang mendesaknya untuk pergi tinggal bersama tentara, ia diperbolehkan tinggal selama tiga hari, lebih dari itu ia melakukan pacittiya.
3. Acelakavagga 10: Selagi tinggal bersama tentara bila ia pergi melihat pertempuran, melihat mereka berlatih, melihat mereka berperang / melihat tentara berbaris dan bersiap-siap untuk berperang, maka ia melakukan pacittiya.
4. Ratanavagga 1: Jika seorang bhikkhu tanpa terlebih dahulu mendapat izin memasuki suatu ruangan di mana seorang Raja dan para pengiringnya berada di dalamnya, maka ia telah melakukan pacittiya.

Kondisi untuk menjauhkan para bhikkhu dari kegiatan yang berhubungan dengan penguasa ini juga tampak dari larangan untuk para bhikkhu mengkonsumsi daging gajah dan kuda. Seperti telah diketahui bersama bahwa kedua jenis hewan ini merupakan kendaraan para raja di masa itu. Dengan tidak mengkonsumsi kedua jenis daging tersebut, para bhikkhu diharapkan dapat terbebas dari kemungkinan terlibat kesalahan dengan pihak penguasa.

Dengan demikian, apabila ternyata di masa kini terdapat bhikkhu yang aktif dalam kegiatan politik praktis, maka mungkin perlu diperhatikan MOTIVASI awal atau niat semula ia ingin mendapatkan penabhisan sebagai bhikkhu.

Selain itu, hendaknya juga dipertimbangkan dengan bijaksana TUJUAN kegiatan politiknya.

Jadi, semuanya kembali pada diri sendiri atau pribadi bhikkhu tersebut.

Sedangkan sampai saat ini, sejauh yang saya ketahui, masih BELUM ADA sikap resmi STI / KASI dalam menanggapi seorang bhikkhu atau bhiksu yang ikut politik praktis. Ketidakadaan sikap resmi ini karena memang TIDAK ADA anggota KASI atau STI yang terlibat di dalamnya.

Semoga keterangan ini dapat bermanfaat.

Salam metta,

B. Uttamo

49. Dari: **Subhadevi**, Surabaya

Bhante,

Apakah seorang yang rajin bekerja bahkan cenderung workaholic termasuk lobha ? Bagaimana kalau tujuan bekerjanya adalah untuk 'memberi' kebahagiaan bagi keluarganya dan sesama makhluk (bagi pekerja sosial) ?

Apakah seorang yang selalu berusaha merawat tubuhnya, misalnya dengan senam dan perawatan kecantikan (jadi semuanya untuk keindahan fisik) termasuk lobha ?

Dalam hal tersebut diatas, batas-batas apa yang boleh dan tidak boleh dilakukan sesuai Buddha Dhamma ?

Anumodana atas perhatiannya.

Jawaban:

Tujuan pokok pelaksanaan Buddha Dhamma adalah untuk mengurangi ketamakan, kebencian dan kegelapan batin. Namun, pencapaian tujuan ini bukanlah mengkondisikan orang agar mengembangkan sifat malas dan tidak aktif. Justru kedua sifat buruk yang tidak terpuji oleh Sang Buddha ini sesungguhnya merupakan perwujudan ketamakan atau lobha itu sendiri.

Sang Buddha dalam berbagai kesempatan justru mengajarkan kepada para umat untuk bekerja dengan penuh semangat dan dapat mempergunakan hasil kerjanya dengan bijaksana. Apabila ada orang yang mempergunakan hasil kerjanya untuk memberikan kebahagiaan kepada keluarga dan sesama mahluk, maka tujuan kerja seperti itu adalah mulia. Sering dijumpai orang egois yang bekerja hanya untuk memenuhi kebutuhannya sendiri saja.

Agar orang dapat bekerja giat dan membagi hasil kerja dengan bijaksana disebutkan dalam Digha Nikaya III, 188 bahwa penggunaan hasil kerja seseorang hendaknya dibagi secara bijaksana menjadi:

1. 25 % dipergunakan untuk memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari
2. 50 % dipergunakan untuk menambah modal usaha
3. 25 % dipergunakan untuk melakukan kebajikan ataupun disimpan sebagai cadangan di masa sulit

Dari cara mempergunakan hasil yang diuraikan di atas dapatlah disimpulkan bahwa usaha seseorang untuk menjaga dan merawat tubuhnya sejauh dilakukan dengan bijaksana dan tidak berlebihan adalah hal yang wajar. Adapun biaya perawatan tubuh dapat mempergunakan sebagian dari biaya untuk kebutuhan hidup sehari-hari. Oleh karenanya, masalah perawatan tubuh ini tidak dapat dengan mudah dikatakan sebagai 'ketamakan' ataupun 'bukan ketamakan'. Semua tergantung pada niat dan kondisi keuangan masing-masing pribadi yang melaksanakannya.

Masalah perawatan tubuh dan kesehatan dapat dikerjakan oleh para umat Buddha karena disebutkan dalam Anguttara Nikaya III, 145 adanya beberapa faktor yang dapat mendukung kesehatan badan dan batin seseorang yaitu apabila ia:

1. Mengetahui cara untuk menyenangkan batin sehingga tidak mengalami stress
2. Mengetahui cara mengira-ngira barang yang disenangi sehingga tidak memboroskan harta untuk barang yang tidak berguna
3. Mengetahui memilih makanan yang bermanfaat sehingga mendukung kesehatan
4. Mengetahui cara mempergunakan waktu dengan bijaksana antara kerja, istirahat dan juga olah raga atau senam
5. Mengetahui cara mengendalikan nafsu indriya dan tidak melanggar sila

Dengan demikian, seseorang hendaknya memperhatikan dan menjaga kesehatan

badan dan batin dengan sungguh-sungguh. Dan, salah satu bentuk perhatian pada kesehatan adalah perawatan tubuh. Perawatan tubuh dan kesehatan ini dapat dilakukan bila seseorang melaksanakan kelima saran Sang Buddha di atas. Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

50. Dari: **Siong**, Makassar

Bhante, saya ingin menanyakan beberapa hal:

1. Bagaimana cara melakukan pelimpahan jasa untuk para leluhur kita? Apakah setelah berbuat baik, cukup dengan berkata dalam hati: "Semoga para leluhur berbahagia"?

Mohon Bhante menjelaskan.

2. Saya pernah mendengar bahwa ada seseorang yang sudah menikah cukup lama tetapi belum memiliki anak. Dan ketika orang tersebut pergi meminta bantuan paranormal, paranormal mengatakan bahwa orang tersebut sangat jarang sembahyang para leluhurnya. Dan setelah orang tersebut mendengar petunjuk paranormal tersebut, dia mulai rajin untuk sembahyang para leluhurnya. Tidak lama kemudian, mereka berhasil mempunyai anak.

Bhante, yang ingin saya tanyakan adalah: apakah memang orang tersebut berbuat salah terhadap leluhurnya sehingga dihukum lama untuk mempunyai anak?

Apabila kita bersalah pada leluhur, apa yang mesti dilakukan?

3. Bhante, di ajaran agama lain dikatakan bahwa dunia ini diciptakan. Dikatakan pula bahwa ada nabi yang memiliki kekuatan untuk menyembuhkan orang sakit.

Apakah memang nabi itu ada dan memiliki kekuatan menyembuhkan orang sakit?

Jika hal itu benar, apakah benar pula bahwa ada yang menciptakan dunia ini?

4. Bhante, apakah memang dewa ada?

Bagaimana membuktikannya? Karena biasanya ketika teman saya yang beragama lain bertanya, dan saya jawab "Ya", tetapi dia seakan-akan tidak percaya karena saya tidak dapat memberi sebuah bukti.

Mohon Bhante membantu.

Jawaban:

1. Mempunyai niat untuk melakukan pelimpahan jasa kepada leluhur adalah merupakan niat yang mulia. Sebaiknya, pelimpahan jasa ini selain dilakukan pada waktu-waktu tertentu dengan upacara ritual keagamaan, juga dapat dilakukan setiap hari.

Pelimpahan jasa setiap hari dapat dilakukan pada malam hari sebelum beristirahat. Setelah melakukan suatu kebajikan, misalnya dengan membaca paritta dan bermeditasi maka dapat diucapkan tekad dalam batin : "Semoga dengan kebajikan yang telah dilakukan sampai saat ini akan memberikan kebahagiaan untuk para leluhur di kehidupan yang sekarang. Semoga leluhur bahagia. Semoga semua mahluk

bahagia."

Ucapkan kalimat ini berulang-ulang sampai dirasakan cukup.

Pelimpahan jasa dapat juga dilakukan dengan membaca Ettavatta Gatha yang pada salah satu syairnya berisi:

Semoga jasa-jasa ini melimpah
Pada sanak keluarga yang telah meninggal
Semoga mereka berbahagia

2. Orang yang lama tidak memiliki anak dan dapat melahirkan setelah bersembahyang pada leluhur bukan berarti mereka mempunyai kesalahan kepada leluhur. Sebenarnya keluarga itu mempunyai kekurangan karma baik sehingga sulit memiliki anak. Dengan melakukan persembahyangan kepada leluhur, keluarga itu terkondisi untuk menambah kebajikan melalui ucapan, badan dan pikirannya.

Apabila, timbunan kebajikan keluarga itu telah mencukupi, maka keinginan mereka dapat terkabul. Namun, apabila timbunan kebajikan mereka belum mencukupi, walaupun telah banyak melakukan persembahyangan, mereka tetap tidak akan mempunyai keturunan.

Jadi, para prinsipnya, suatu keluarga akan dapat terkabul harapannya bila mereka memperbanyak kebajikan dengan mengembangkan kerelaan, kemoralan dan konsentrasi.

Bersembahyang pada leluhur adalah merupakan salah satu bentuk kerelaan. Begitu pula dengan pelepasan makhluk ke habitatnya, atau membaca paritta secara rutin, atau bermeditasi bersama dlsb.

Jika seseorang sejak lahir belum pernah bertemu dengan leluhurnya, maka ia tidak mempunyai kondisi untuk bersalah kepada leluhur. Namun, apabila seseorang telah pernah bertemu dengan leluhur sebelum mereka meninggal, maka ada kemungkinan ia melakukan kesalahan kepada leluhurnya tersebut.

Secara Buddha Dhamma, seseorang baik yang telah mengenal leluhur secara langsung maupun tidak mengenal leluhur yang telah meninggal sebelum ia terlahir, hendaknya tetap melakukan pelimpahan jasa yaitu berbuat baik atas nama leluhur. Pelimpahan jasa ini akan mengkondisikan leluhur berbahagia di kelahirannya yang sekarang. Semakin banyak menerima pelimpahan jasa, semakin banyak pula leluhur terkondisi untuk menambah kebajikan melalui pikirannya sendiri. Timbunan kebajikan melalui pikiran inilah yang kan menyebabkan leluhur terlahir di alam yang lebih baik.

3. Memang dipercaya oleh ajaran lain bahwa dunia ini terjadi karena diciptakan.

Sedangkan dalam pengertian Agama Buddha, dunia ini terjadi sebagai hasil dari suatu proses evolusi yang membutuhkan waktu sangat lama.

Dari kedua pandangan yang amat berbeda ini sampai sekarang masih belum diketahui pandangan yang paling benar. Sedangkan para ahli ilmu pengetahuan lebih cenderung meyakini bahwa bumi ini terbentuk karena proses panjang, bukan penciptaan.

Namun, walaupun bumi ini terjadi karena proses penciptaan, pencipta tidak harus sama dengan yang diceritakan oleh agama lain tersebut. Jadi, membicarakan masalah ini hanya akan memancing perdebatan panjang yang tidak ada habisnya.

Dalam Dhamma, mengetahui bumi terbentuk karena ciptaan ataupun sebagai hasil suatu proses bukanlah hal yang penting dibandingkan perbaikan perilaku, ucapan dan pikiran seseorang. Tanpa mengetahui asal usul bumi sekalipun, orang hendaknya tetap berjuang memperbaiki kualitas moralnya.

Mengenai penyembuhan, memang dalam dunia ini ada orang yang mampu mengkondisikan kesembuhan orang yang sedang sakit. Dikatakan 'mengkondisikan' karena sebenarnya tidak ada orang yang sembuh dari sakit HANYA karena kekuatan orang lain. Orang itu hanya mengkondisikan saja. Artinya, si sakit mungkin seharusnya akan sembuh dalam waktu sebulan, karena dikondisikan ia sembuh dalam waktu tiga hari.

Kalau memang si sakit sembuh HANYA karena pengaruh seseorang, maka tentunya si penyembuh dapat pergi dan bekerja di rumah sakit. Akibatnya, rumah sakit akan segera kosong ditinggalkan pasien yang mendadak memperoleh kesembuhan.

Kenyataannya tentu tidak demikian. Tidak semua orang sakit dapat memperoleh kesembuhan. Mereka yang sembuh adalah orang yang mempunyai dukungan karma baik yang cukup.

Hal ini sama dengan orang yang memberi zat kimia tertentu pada buah yang akan masak. Bila kondisi buah itu mendukung, maka buah yang seharusnya masak dalam waktu satu minggu dapat dipercepat menjadi tiga hari. Kalau kondisi buah tidak sesuai persyaratan, maka berapapun zat kimia yang diberikan kepadanya tidak akan memberikan hasil yang sesuai dengan harapan.

Adapun kemampuan seseorang mengkondisikan kesembuhan suatu penyakit bukanlah jaminan bahwa bumi ini diciptakan olehnya. Kedua hal ini sungguh berbeda permasalahannya. Dewasa ini, mudah diketemukan paranormal yang mampu menyembuhkan penyakit yang parah sekalipun, namun tentunya bukan mereka yang menciptakan dunia.

4. Dalam pengertian Buddhis, dewa dan dewi adalah merupakan makhluk penghuni surga. Dalam istilah agama lain, para dewa dan dewi ini disebut sebagai 'malaikat'. Apabila ada orang yang tidak mempercayai keberadaan para penghuni surga ini, maka sebenarnya hal ini adalah hak mereka. Orang tidak dapat memaksakan suatu kepercayaan kepada orang lain. Keberadaan dan kebahagiaan para penghuni surga itu tidak akan berubah meskipun ada orang yang mempercayai mereka maupun tidak mempercayainya. Oleh karena itu, ketidakpercayaan orang akan adanya para dewa dan dewi janganlah ditanggapi dengan emosi. Lebih baik, berilah waktu kepadanya untuk berpikir dan merenungkannya.

Umat Buddha meskipun mempercayai keberadaan para penghuni surga tersebut, hendaknya tidak menggantungkan diri kepada mereka. Umat Buddha hendaknya tetap berjuang untuk mengatasi ketamakan, kebencian dan kegelapan batin tanpa harus dipengaruhi dengan pengertian ada atau tidak adanya para penghuni surga tersebut. Para dewa dan dewi bukanlah penolong. Mereka adalah sesama makhluk hidup yang tinggal pada dimensi yang berbeda dengan manusia. Dengan penjelasan ini semoga dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'B. Uttamo', is written over two horizontal lines. The signature is stylized and cursive.

B. Uttamo